“ಗ್ರಾಮೀಣ ಬಡ ಜನರ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಶಕ್ತತೆ”

ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಕೈಪಿಡಿ

ಅನುವಾದ ಮತ್ತು ಅಂಗೀಕೃತ
ವಿವೇಕಾನಂದ ಗಿರಿಜನ ಕಲ್ಯಾಣ ಕೇಂದ್ರ
ಬಿಳಿಗಿರಿರಂಗನ ಬೆಟ್ಟ

ಭಾರತೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ವಯಂಸೇವಾಸಂಸ್ಥೆ, ನವದೆಹಲಿ
ಮತ್ತು
ಕೇಂದ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಮಂತ್ರಾಲಯ
ನವದೆಹಲಿ

06354

Community Health Cell
Library and Documentation Unit
367, "Srinivasa Nilaya"
Jakkasandra 1st Main,
1st Block, Koramangala,
BANGALORE-560 034.
Phone : 5531518

ರಶಪ ಠಯ ಊಾಯಡ್ರಗ"
"ಕ್ಷಕಕಶ ಗಿ್ರಕ್ಯಗ್ರಾಣರಿಬ ಯಡ್ಮೈಗು

ದ್ರಂಿಕಿ ಠ್ಯಲಿಕ ಶಪರಿಗಿ ದಂಶಕೊಿಡಡ

ಟ್ಟಟಿ ಶಗಂರರಿಗಳಿಯ

ಅಹದಡಶ ಕ್ಷಂಕಡೊಿಕಂಯ್ಯ್ಕ ಗ್ಯಾಣರಿಬ ಯಾಶರಘ

ಲೈಶಡ

ಯಂಅ್ರಶಂಡ ಠ್ಯಲಿಕ ಯಂಯಟಕ ಲೈಶಡ ಗ್ಯಾಣರಿಬ ಯಾ್ರದಂಿಕಿ

ಅಹದಡಶ

306
04/08/2K

ಪ್ರಕಾಶಕರು	ಶ್ರೀ ಅಲೋಕ್ ಮುಖೊಪಾಧ್ಯಾಯ
ಗ್ರಂಥಕರ್ತ ಮತ್ತು ಸ್ಥಾನ ನಿರ್ದೇಶಕರು	ಡಾ II ಶಾಲೂ ಪುರಿ
ಸಾಹಿತ್ಯ ಕೃತಿ	ಶ್ರೀಮತಿ ಭಾವನಾ ಮುಖೊಪಾಧ್ಯಾಯ
ವಿನ್ಯಾಸ, ರೂಪ ಮತ್ತು ಚಿತ್ರಣ	ಶ್ರೀ ಬ್ರಜ ಗೋಪಾಲ್ ಪಾಲ್
ಶಬ್ದ ರೇಖನ ಚಿತ್ರ	ಶ್ರೀಮತಿ ಪದ್ಮಜಾ ಆರ್
ಟೈಪ್‌ಸೆಟಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಪೇಜಿನೇಷನ್	ಶ್ರೀ ಸುಭಾಷ್ ಭಾಸ್ಕರ್
ಅನುವಾದ	ವಿವೇಕಾನಂದ ಗಿರಿಜನ ಕಲ್ಯಾಣ ಕೇಂದ್ರ
ಮುದ್ರಣ	ವಿಎಚ್‌ಎಐ ಪ್ರಿಂಟಿಂಗ್ ಪ್ರೆಸ್

ಕಲ್ಯಾಣ ಖಾತೆಯ "ಎಂಪವರ್‌ಮೆಂಟ್ ಆಫ್ ರೂರಲ್ ಪೂರ್ ಫಾರ್ ಬೆಟರ್ ಹೆಲ್ತ್" (ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಹೊಂದಲು ಗ್ರಾಮೀಣ ಜನರಿಗೆ ಶಕ್ತಿ-ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಡುವ ಯೋಜನೆ) - ಯೋಜನೆಯ ಮೂಲಕ ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ-ಡಬ್ಲ್ಯುಎಚ್‌ಓ-ಒದಗಿಸಿ ಹಣಕಾಸಿನ ನೆರವಿನಿಂದ ರೂಪಿಸಿ-ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿ ಹೊರತರಲಾಗಿದೆ.

COMH 321
06394

ವಿಷಯ ಸೂಚಿ

ಕ್ರ.ಸಂ.	ವಿಷಯ	ಪುಟ ಸಂಖ್ಯೆ
1.	ಮುನ್ನುಡಿ	1
2.	ಪೀಠಿಕೆ	2
3.	ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳು	3
4.	ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವಿತರಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ	4
5.	ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳು	30
6.	ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು	40
7.	7.1 ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ನೀರು ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛ ವಾತಾವರಣ	41
	7.2 ಅತಿಸಾರ ಬೇದಿ	43
	7.3. ಪೌಷ್ಠಿಕತೆ	45
	7.4 ತಾಯಿಯ ಎದೆ ಹಾಲು ಸೇವನೆ	47
	7.5 ಅಂಧತ್ವ	48
	7.7 ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು	49
	7.8 ನೆಗಡಿ ಮತ್ತು ಕೆಮ್ಮು	50
	7.9 ಕ್ಷಯ ರೋಗ	51
	7.10 ಮಲೇರಿಯಾ	52
	7.11 ಕುಷ್ಠ ರೋಗ	53
	7.12 ಸಾಮಾನ್ಯ ಚರ್ಮ ರೋಗಗಳು	54
	7.12 ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು	56
	7.13 ಹೆಚ್.ಐ.ವಿ./ಏಯ್ಡ್ಸ್	58
	7.14 ಮಧುಮೇಹ (ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ)	60
	7.15 ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪು - ಕೆಲವು ಸಂಗತಿಗಳು	62
	7.16 ಮಾದಕ ವ್ಯಸನ - ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದ ಕಂಟಕ	64
	7.17 ಅರ್ಬುದ ರೋಗ (ಕ್ಯಾನ್ಸರ್)	66
8.	ನಿಮ್ಮ ಟಿಪ್ಪಣಿ	67

ಕೃತಜ್ಞತೆ

ಈ ಕೈಪಿಡಿ-ದಿ ಕಂಪ್ಯಾನಿಯನ್ ಬುಕ್-ಹಲವಾರು ಜನರ ಸಾಮೂಹಿಕ ಪರಿಶ್ರಮದ ಫಲವಾಗಿದೆ. ಈ ಕಂಪ್ಯಾನಿಯನ್ ಬುಕ್-ನ ಪೂರ್ವ-ಪರೀಕ್ಷೆ, ಮತ್ತು ಕ್ಷೇತ್ರ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ನೆರವಾಗಿ, ತಮ್ಮ ಕೊಡುಗೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ ಎಲ್ಲಾ ತರಬೇತಿದಾರರಿಗೆ ಹಾಗೂ ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯಲು ಮುಂದಾಗಿ ಬಂದವರಿಗೆ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಹೃತ್ಪೂರ್ವಕ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತೇವೆ.

ನಮ್ಮ ಈ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತೀವ್ರ ಆಸಕ್ತಿವಹಿಸಿ, ಸಹಕರಿಸಿದ, ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಖಾತೆಯ ಜಂಟಿ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಶ್ರೀಮತಿ ಸುಜಾತಾ ರಾವ್ ಅವರಿಗೆ, ನಾವು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಆಭಾರಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಇಡೀ ಕೆಲಸ-ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಿ, ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿದ ವಿಎಚ್ಎಐ-ನ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಾಹಕ ನಿರ್ದೇಶಕ ಶ್ರೀ ಅಲೋಕ್ ಮುಖೋಪಾಧ್ಯಾಯ ಅವರಿಗು ಸಹ ನಾವು ಆಭಾರಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ.

ಈ ಕೈಪಿಡಿ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಪೂರ್ಣಗೊಳಿಸಲು ನಿರ್ಣಾಯಕವಾದ ತಮ್ಮ ಕೊಡುಗೆ ಸಲ್ಲಿಸಿ, ಬೆಂಬಲಿಸಿದ ಡಾ॥ ಪಿ.ಸೀ. ಭಟನಾಗರ್ ಅವರಿಗೆ, ನಾವು ನಮ್ಮ ಧನ್ಯವಾದ ಸೂಚಿಸುತ್ತೇವೆ. ನಾವು ಶ್ರೀಮತಿ ಭಾವನಾ ಮುಖೊಪಾಧ್ಯಾಯ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಸಂಪರ್ಕ ಘಟಕದ-ಡೆವ್‌ಲಪ್‌ಮೆಂಟ್ ಕಮ್ಯುನಿಕೇಷನ್ ಯೂನಿಟ್‌ನ-ಇಡೀ ತಂಡಕ್ಕೆ, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ತಮ್ಮ ರಚನಾತ್ಮಕ ಕೌಶಲದಿಂದ ಏನೆಲ್ಲಾ ಸಾಧಿಸಿದ ಬ್ರಜಾ ಮತ್ತು ಸುಭಾಷ್ ಅವರಿಗೆ ನಾವು ತುಂಬ ಆಭಾರಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಏನೆಲ್ಲಾ ಸಹಿಸಿ ತಮ್ಮ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿದ ಇತರ ಸಹೋದ್ಯೋಗಿಗಳಾದ ಶ್ರೀಮತಿ ಡೀ ಪೌ, ಡಾ॥ ಸೃಷ್ಟಿ ಶುಕ್ಲಾ, ಶ್ರೀ ಯು.ಎನ್. ಬಾಜಪಾಯ್ ಮತ್ತು ಶ್ರೀಮತಿ ಆರ್. ಪದ್ಮಜಾ ಅವರಿಗು ಸಹ ನಾವು ನಮ್ಮ ಧನ್ಯವಾದ ಸೂಚಿಸುತ್ತೇವೆ.

ತಾಂತ್ರಿಕ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿ, ಮರು-ಮಾಹಿತಿ ಒದಗಿಸಿದ ಸಿಎಚ್ಈಬಿ-ಗು ಸಹ, ನಾವು ಆಭಾರಿಯಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಎಲ್ಲಾ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ಅನುವಾದಿಸಿದ ವಿಜಿಕೆಕೆ-ಗೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಧನ್ಯವಾದಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಕೊನೆಯದಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಹಣಕಾಸು ನೆರವು ಒದಗಿಸಿದ ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ-ಡಬ್ಲ್ಯುಎಚ್ಓ-ಗೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಕೃತಜ್ಞತೆ ಸೂಚಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಡಾ॥ ಶಾಲೂ ಪುರಿ

ಗ್ರಂಥಕರ್ತ ಮತ್ತು ಸ್ಥಾನ ನಿರ್ದೇಶಕರು

ಪ್ರೋಗಾಮ್ ಆಫೀಸರ್

ಮುನ್ನುಡಿ

ಈ ಕೈಪಿಡಿ-ಕಂಪ್ಯಾನಿಯನ್ ಬುಕ್- ಅನ್ನು, ಜನ ಸಮುದಾಯದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಬರುವುದಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ''ಗ್ರಾಮೀಣ ಬಡ ಜನರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಹಕ್ಕು-ಶಕ್ತಿ'' (ಎಂಪವರ್‌ಮೆಂಟ್ ಆಫ್ ದಿ ರೂರಲ್ ಪೂರ್ ಫಾರ್ ಬೆಟರ್ ಹೆಲ್ತ್) ದೊರಕಿಸಿಕೊಡುವ ಯೋಜನೆಯ ಅಂಗವಾಗಿ ಕಲ್ಪಿಸಿ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಂಡು, ಸಲ್ಲದ ಖರ್ಚು ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ನಷ್ಟ ಆಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಬಡ ಕುಟುಂಬಗಳ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಅಗತ್ಯವಾದ ಮಾಹಿತಿ-ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು ಇದರ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ. ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿನ ಬಡಜನರಿಗೆ, ನಿವಾರಕ/ಪೂರಕ ಆರೆಗ್ಯ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ (ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ಕುಡಿಯುವ ನೀರು, ನೈರ್ಮಲ್ಯ, ವೈಯಕ್ತಿಕ ಆರೋಗ್ಯ, ಟಿಬಿ, ಚಳಿಜ್ವರ-ಮುಂತಾದವು) ಅಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪವಾದರು ತಿಳಿವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು ಈ ಕೈಪಿಡಿಯ ಗುರಿಯಾಗಿದೆ.

ಬಡಜನರು ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಹೊಂದಿರಬೇಕಾದಲ್ಲಿ-ಆರೋಗ್ಯವಂತರಾಗಿ ಇರಬೋಕಾದಲ್ಲಿ, ಅವರು ತಮ್ಮ ಬಾಳು-ಬದುಕಿನ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ತಾವೇ ಹೊತ್ತು, ತಾವಿರುವ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಳನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಶಕ್ತಿ-ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿರಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಜನಸಮುದಾಯದ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು ಅಗತ್ಯವಾಗಿದ್ದು, ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರಕವಾಗಿ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಮತ್ತು ಸಾಮೂಹಿಕ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಏನೆಲ್ಲಾ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಆಗಬಹುದಾಗಿದೆ. ಇಂತಹುದರಲ್ಲಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ತಂಡಗಳಾಗಿ, ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳಾಗಿ ನಾವು ನಮ್ಮ ಕೆಲಸಕಾರ್ಯ ಮುಂದುವರಿಸಿದಲ್ಲಿ ಸಮಾಜದ ದುರ್ಬಲ ವರ್ಗಗಳ ಜನರಿಗೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಸೌಲಭ್ಯಗಳು ದಕ್ಕುವಂತೆ ಮಾಡುವ ನಮ್ಮ ಗುರಿ ತಲುಪಲು, ನಾವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯಬಹುದಾಗಿದೆ. ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿ, ಬೇಡಿಕೆಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ, ಪುಷ್ಟಿನೀಡಿ, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಸವಲತ್ತು-ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿಸಿ, ಜನಸಮುದಾಯದ ಕಡು ಬಡವರಿಗೆ-ದುರ್ಬಲ ವರ್ಗಗಳಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಆರೈಕೆಯ ಸವಲತ್ತುಗಳು ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ದಕ್ಕುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಈ ಯೋಜನೆಯ ಉದ್ದೇಶ-ಮತ್ತು ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿದೆ.

ಡಾ॥ ಎಚ್. ಸುಂದರೇಶನ್
ಗೌರವ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ
ವಿವೇಕಾನಂದ ಗಿರಿಜನ
ಕಲ್ಯಾಣ ಕೇಂದ್ರ

ಅಶೋಕ್ ಮುಖೋಪಾಧ್ಯಾಯ
ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಾಹಕ ನಿರ್ದೇಶಿಕ
ವಾಲಂಟರಿ ಹೆಲ್ತ್ ಅಸೋಸಿಯೇಷನ್
ಆಫ್ ಇಂಡಿಯಾ

ಪೀಠಿಕೆ

ಗ್ರಾಮೀಣ ಬಡಜನರ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಶಕ್ತತೆ ಯೋಜನೆ

ಈ ಯೋಜನೆಯ ಉದ್ದೇಶ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವಾಗಿದ್ದು ಗ್ರಾಮದ ಬಡಜನರು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಮಧ್ಯೆ ಸೇತುವೆಯನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಿ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಜನರಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಬೇಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಆರೋಗ್ಯ ಗ್ರಾಮೀಣ ಸಮುದಾಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಜನರ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳಿಗನುಗುಣವಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯಕಾರಿ. ಇದಲ್ಲದೆ ನಿಗದಿತ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಪಡೆದು ಅನಾರೋಗ್ಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸೂಕ್ತ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯಲಿ ಎಂಬ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ವಿಧಾನಗಳ ಮೂಲಕ ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳನ್ನು ಬಲಯುತಗೊಳಿಸಿ ಜೊತೆಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಂಕಟಕ್ಕೊಳಗಾದ ಗ್ರಾಮೀಣ ಬಡಜನರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಇದಾಗಿದೆ.

ಯೋಜನೆಯ ಉದ್ದೇಶಗಳು :

1. ಸರ್ಕಾರೇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಮೂಲಕ ಜನರನ್ನು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಜಾಗೃತರನ್ನಾಗಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಬಲ್ಲ ಸಮುದಾಯದ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ರಚಿಸುವುದು.
2. ಆಗಮಿ ಯೋಜನೆಗಳು ಉತ್ತಮವಾಗಿ ನಿಶ್ಚಯಿಸಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಆಡಳಿತ ಸಕ್ರೀಯವಾಗಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು.

ಅಂಗಾಂಗಗಳು :

1. ಬಡ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲಿ ಆಗಬಹುದಾದ ಅನಾವಶ್ಯಕ ಖರ್ಚು ವೆಚ್ಚಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತ ಗಮನಹರಿಸಿ ಅವುಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಅವರನ್ನು ಸುಶಿಕ್ಷಿತಗೊಳಿಸುವುದು.
2. ರೋಗವು ಬರದಂತೆ ಉತ್ತಮ ನಿವಾರಕ / ಪ್ರವರ್ಧಕ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಷಾರಗಳು ಬಗ್ಗೆ ಪೇರೆಪಿಸುವುದು (ಕುಡಿಯುವ ನೀರು, ಶೌಚಾಲಯ, ಶುಚಿತ್ವ, ಕ್ಷಯ ಮತ್ತು ಮಲೇರಿಯಾ ಬಗ್ಗೆ ಮುಂಜಾಗ್ರತೆ ಕ್ರಮಗಳು.
3. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ವಲಯಗಳಿಂದ ದೂರಕುವ ಅನುಕೂಲತೆಗಳ ಉಪಯುಕ್ತತೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
4. ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಉತ್ತಮ ಸಂಪರ್ಕ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಪಡಿಸುವುದು.
5. ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳನ್ನು ರಚಿಸಿವುದರ ಮೂಲಕ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸೇವೆಗಳು ದೊರಕುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು.

ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳು

1. **ಮುಖ್ಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ತರಬೇತಿ :** ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಮುದಾಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕ್ಷೇತ್ರದಿಂದ 4 ಮಂದಿ ಸ್ವಯಂಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಂದ ಮೂರು ಮಂದಿ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರು ಜಿಲ್ಲಾ ಆಡಳಿತದಿಂದ.

2. **30 ತರಬೇತುದಾರರ ತರಬೇತಿ :** 20 ಮಂದಿ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಂದ ಮತ್ತು 10 ಮಂದಿ ಆಡಳಿತ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಕ್ಷೇತ್ರದವರು ಈಗಾಗಲೇ ಶಿವಪುರಿಯಲ್ಲಿ ತರಬೇಕಾದ ಮುಖ್ಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಂದ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲಾಗುವುದು.. ಈ 30 ಜನರು 4 ಜನರ ತಂಡಗಳಂತೆ ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಪಿ.ಆರ್.ಎ. ಯನ್ನು ಮುಖ್ಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಸಹಕಾರಗಳೊಂದಿಗೆ ಮಾಡುವುದು.

3. **ಗ್ರಾಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಪಿ.ಆರ್.ಎ.ಯ ವಿಧಾನವನ್ನು ಮಾಡುವುದು :** ವ್ಯಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಸೇವೆಗಳ ಅಸಮರ್ಪಕ ವಿತರಣೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಮಾಡುವ ವೆಚ್ಚಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಇದನ್ನು ಹೇಗೆ ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

4. **ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಿತಿ ರಚನೆ :** ಒಬ್ಬರು ಅಥವಾ ಇಬ್ಬರು ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತ್ತಿ ಸದಸ್ಯರು ಹಾಗೂ ಮುಖ್ಯಸ್ತರು ಸೇರಿದಂತೆ ಉತ್ಸಾಹಿಯಾದ ಜನರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿ ರಚನೆ ಮಾಡುವುದು.

5. **ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ತರಬೇತಿ ಪ್ರತಿ :** ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಿತಿಯ 3 ಜನರನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ 3 ದಿನಗಳ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ವಿವರವಾದ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವುದು.

6. ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ / ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಸಲಹೆಯಂತೆ ಉತ್ತಮವಾದ ನಿರ್ದೇಶನಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ರೂಪುಗೊಳಿಸುವುದು.

ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವಿತರಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವಿತರಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ

ಲಭ್ಯವಿರುವ ಜ್ಞಾನ ಹಾಗೂ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನೇ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಅದರ ಮೂಲಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಒದಗಿಸಲು ಆರೋಗ್ಯದ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಸಮುದಾಯವು ಒಳಗೊಳ್ಳಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಅವಕಾಶವಿದ್ದು ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳು ಜನರಿಗೆ ಸುಗಮವಾಗಿ, ವ್ಯಾಪಕವಾಗಿ ಹಾಗೂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡಲಾಗಿರ ಬೇಕು ಮತ್ತು ದೇಶವು ಈ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ರಾಜಕೀಯವಾಗಿ ಇತಿಮಿತಿಗಳೊಳಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು.

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿದ್ದು ಖಾಸಗಿ ಕ್ಷೇತ್ರವು ಸಹ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪಾತ್ರ ಹೊಂದಿದಂತಿದೆ. ಅಲ್ಲದೇ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ, ಉಪಕೇಂದ್ರ, ಔಷಧಿ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಪರ್ಕ ಜಾಲವಿದ್ದು ಉಚಿತವಾದ ಸೇವೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತಿವೆ. ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರವು ರೋಗ ನಿವಾರಕ, ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರವರ್ಧಕ ಮತ್ತು ರೋಗ ಪರಿಹಾರೋಪಚಾರ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಿದೆ. ಈ ಕ್ಷೇತ್ರವು ಲಾಭ ರಹಿತ ಸೇವೆಗಳಾಗಿವೆ. ಖಾಸಗಿ ಕ್ಷೇತ್ರವು ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ವಿಸ್ತರಣೆ ಯಾಗುತ್ತಿದ್ದು ಇವು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ರೋಗ ಪರಿಹಾರೂಪಕಾರ ಸೇವೆಯನ್ನು ಶೇ. 75 ಹೊರ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಶೇ. 40ರಷ್ಟು ಒಳರೋಗಿಗಳಿಗೆ ನೀಡುತ್ತಿದ್ದು ಲಾಭದ ಉದ್ದೇಶವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

ಸರ್ಕಾರದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ರಚನೆ

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಆಡಳಿತಾತ್ಮಕವಾಗಿ ರಾಜ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರಾಡಳಿತ ಪ್ರದೇಶವಾಗಿ ವಿಭಜಿಸಲಾಗಿದ್ದು , ಮತ್ತೆ ಜಿಲ್ಲೆಗಳೆಂದು ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ಜಿಲ್ಲೆಗಳನ್ನು ಉಪವಿಭಾಗ ತಾಲ್ಲೂಕುಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಲಾಗಿದೆ. ತಾಲ್ಲೂಕು ಒದು ಸಮುದಾಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕ್ಷೇತ್ರವೆಂದು ಕರೆಯಲಾಗುವುದು.

ಕೇಂದ್ರ

|

ರಾಜ್ಯಗಳು / ಕೇಂದ್ರಾಡಳಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳು

|

ಜಿಲ್ಲೆಗಳು

|

ಉಪ ವಿಭಾಗ/ ತಾಲ್ಲೂಕು

|

ತಾಲ್ಲೂಕು / ಸಮುದಾಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು

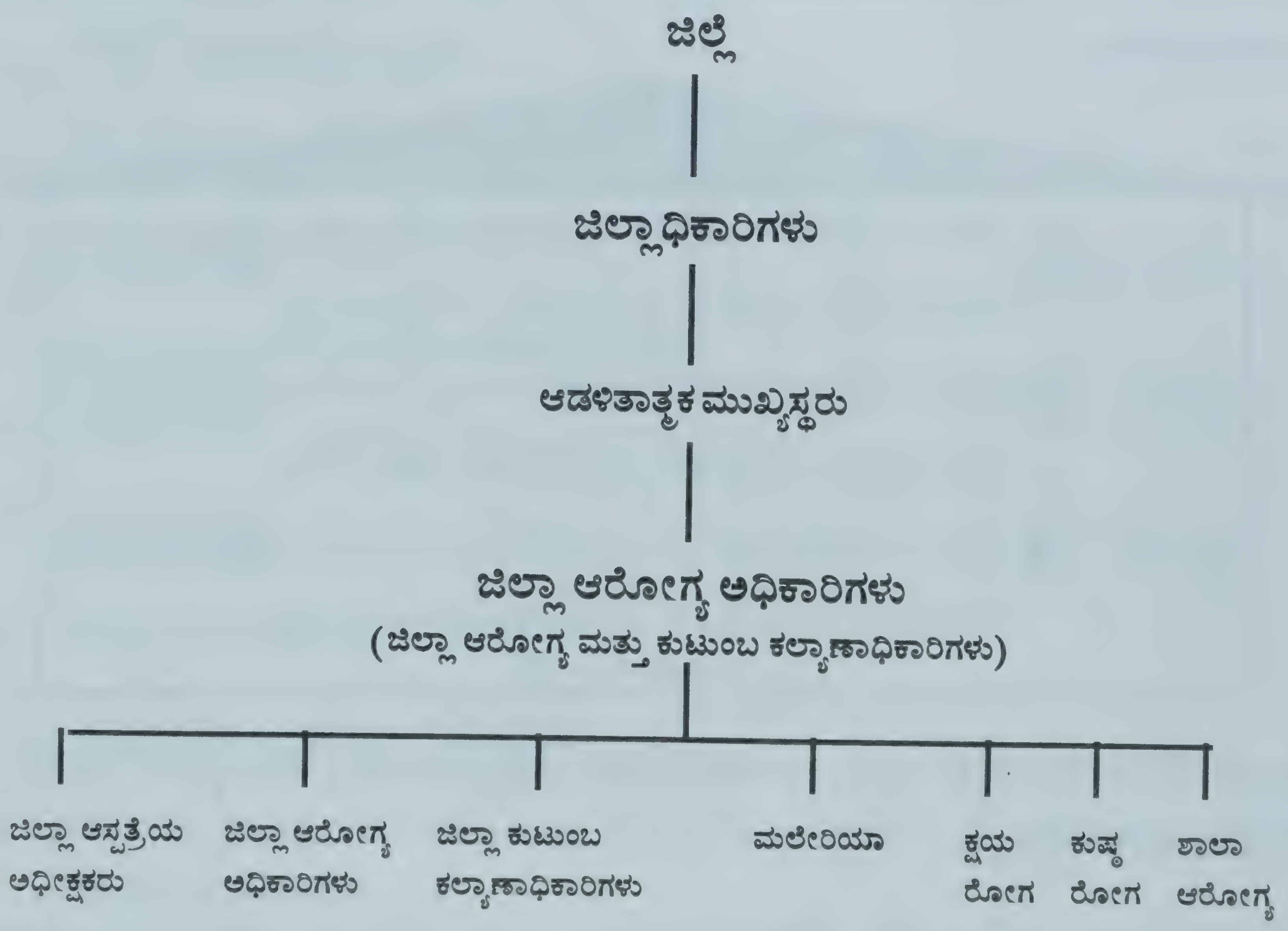
ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕೇಂದ್ರ, ರಾಜ್ಯ, ಜಿಲ್ಲೆ , ತಾಲ್ಲೂಕು ಮತ್ತು ಗ್ರಾಮಗಳಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ನಾವು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ತಾಲ್ಲೂಕು ಮತ್ತು ಗ್ರಾಮೀಣ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಯ ರಚನೆಯನ್ನು ತಿಳಿಯಲಿದ್ದೇವೆ.

ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ನಿಯಮ

1.	ಒಂದು ಉಪ ಕೇಂದ್ರ	:	ಉಪಕೇಂದ್ರವು ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 5000 ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಗಿರಿಜನ ಮತ್ತು ಬೆಟ್ಟ ಪ್ರದೇಶವಾದರೆ 3000 ಜನ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹಬ್ಬಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.
2.	ಒಂದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ	:	ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 30,000, ಗಿರಿಜನ ಮತ್ತು ಬೆಟ್ಟ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 20,000 ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಒಂದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರವಿರುತ್ತದೆ.
3.	ಒಂದು ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ	:	80,000 ದಿಂದ 120,000 ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ನಾಲ್ಕು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಿಗೆ ನಿರ್ದೇಶಾತ್ಮಕ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿ ಸೇವೆಯನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.
4.	ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಅಧೀನದಲ್ಲಿರುವ ಉಪಕೇಂದ್ರಗಳು	:	6 ಉಪಕೇಂದ್ರಗಳಿರುತ್ತದೆ.
5.	ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳು	:	4 ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಿರುತ್ತದೆ.
6.	ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಜನ ಸಂಖ್ಯೆ (ಪುರುಷ, ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆ)	:	1. 5000 ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 2. ಗಿರಿಜನ ಮತ್ತು ಬೆಟ್ಟ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 3000 ಜನಸಂಖ್ಯೆ
7.	ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕನ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಜನಸಂಖ್ಯೆ (ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆ)	:	1. ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 30,000 ಜನರು 2. ಗಿರಿಜನ ಮತ್ತು ಬೆಟ್ಟ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 20,000 ಜನಸಂಖ್ಯೆ
8.	ಒಬ್ಬ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕ (ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆ)	:	6 ಜನ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ (ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆ) ಬೆಂಬಲ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಒದಗಿಸುವುದು.

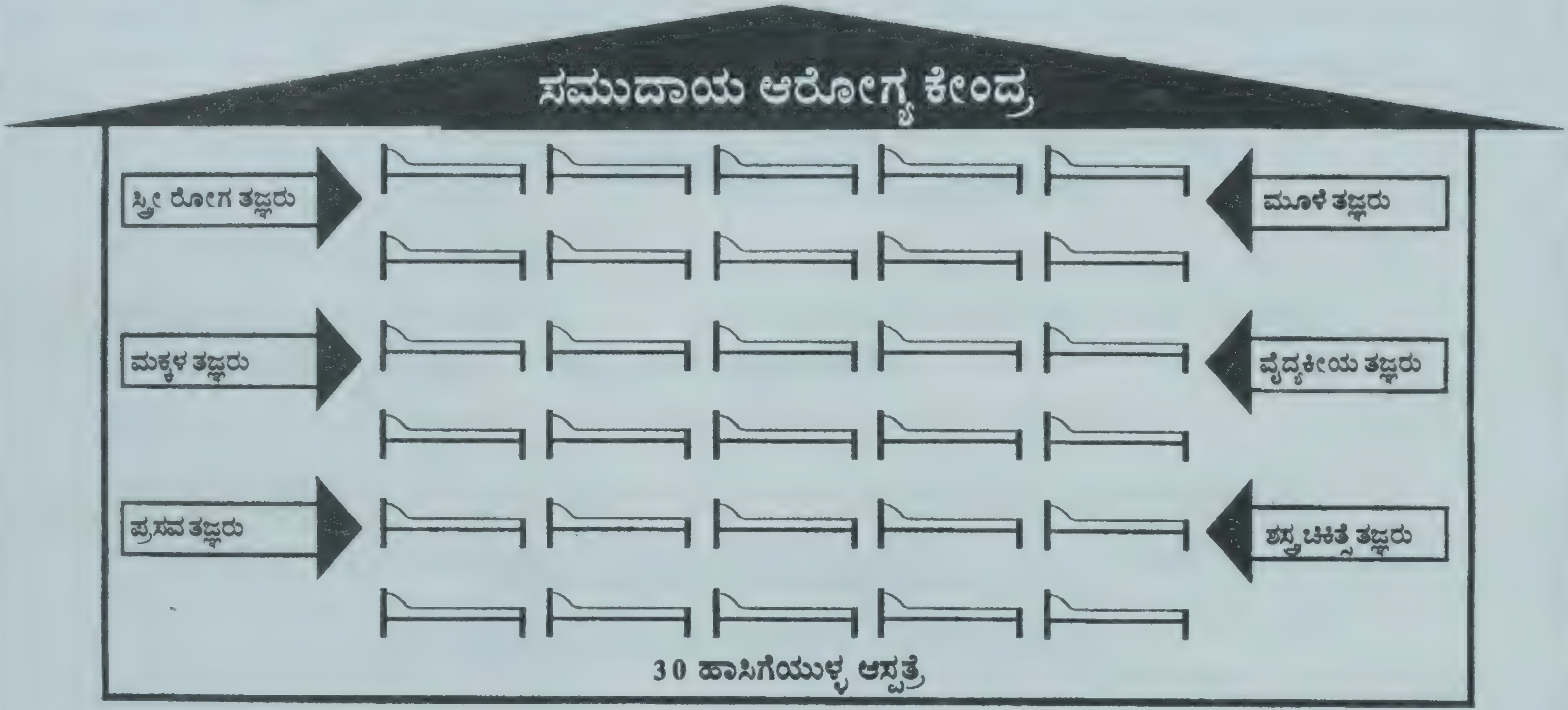
ಜಿಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ

ಪ್ರತಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಜಿಲ್ಲಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಿದ್ದು 30 ಲಕ್ಷ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಜಿಲ್ಲೆಗೆ ಒಬ್ಬರು ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿಗಳಿದ್ದು ಎರಡು ಅಥವಾ ಎರಡಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಉಪ ವಿಭಾಗಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಮುಖ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಜಿಲ್ಲೆಗೊಬ್ಬರಿದ್ದು (ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣಾಧಿಕಾರಿಗಳು) ಜಿಲ್ಲೆಯ ಸಮಗ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯದಿಂದ ಬರುವ ಹಣಕಾಸಿನ ನೆರವಿನ ಜೊತೆ ಗ್ರಾಮಾಂತರ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕೆ ಸೇವೆ ಒದಗಿಸುವ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ಜಿಲ್ಲಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಅಧೀಕ್ಷಕರು, ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣಾಧಿಕಾರಿ, ಮಲೇರಿಯಾ, ಕ್ಷಯ ರೋಗ, ಕುಷ್ಠ ರೋಗ, ಶಾಲಾ ಆರೋಗ್ಯ, ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣಾಧಿಕಾರಿ ಹಾಗೂ ಇತರ ಜಿಲ್ಲಾ ಮಟ್ಟದ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ರಾಜ್ಯದಿಂದ ರಾಜ್ಯಕ್ಕೆ ಭಿನ್ನವಾಗಿರುತ್ತದೆ.


ಜಿಲ್ಲೆ
ಜಿಲ್ಲಾಧಿಕಾರಿಗಳು
ಆಡಳಿತಾತ್ಮಕ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು
ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು
(ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣಾಧಿಕಾರಿಗಳು)
ಜಿಲ್ಲಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಅಧೀಕ್ಷಕರು
ಜಿಲ್ಲಾ ಆರೋಗ್ಯ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು
ಜಿಲ್ಲಾ ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣಾಧಿಕಾರಿಗಳು
ಮಲೇರಿಯಾ
ಕ್ಷಯ ರೋಗ
ಕುಷ್ಠ ರೋಗ
ಶಾಲಾ ಆರೋಗ್ಯ

ತಾಲ್ಲೂಕು / ಕ್ಷೇತ್ರ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ

ಜಿಲ್ಲೆಗಳನ್ನು ಸಮುದಾಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕ್ಷೇತ್ರವನ್ನಾಗಿ (ತಾಲ್ಲೂಕು) ವಿಭಾಗಿಸಿದ್ದು ಇದು ಗ್ರಾಮಗಳ ಯೋಜನಾ ಘಟಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಒಂದು ತಾಲ್ಲೂಕಿನ ಅಂದಾಜು 100 ಹಳ್ಳಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದ್ದು 80,000 ದಿಂದ 1,20,000 ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ತಾಲ್ಲೂಕಿನಲ್ಲಿ ಸುಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರವಿದ್ದು (ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆಸ್ಪತ್ರೆ) 80,000 ದಿಂದ 1,20,000 ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ.



ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರವು 30 ಹಾಸಿಗೆಯುಳ್ಳ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಾಗಿದ್ದು, ಮೇಲ್ಕಂಡ ಸೇವೆಗಳ ತಜ್ಞರನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರವು ತಾಲ್ಲೂಕಿನಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದು ಕೆಲವು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನಾಗಿ ಮೇಲ್ದರ್ಜೆಗೆ ಏರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಒಂದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರವು ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 30,000 ಜನ ಸಂಖ್ಯೆ ಮತ್ತು ಗಿರಿಜನ ಮತ್ತು ಬೆಟ್ಟ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 20,000 ಜನ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಕೇಂದ್ರಗಳಾಗಿವೆ. ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಅವುಗಳು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

1. ವೈದ್ಯಕೀಯ ರಕ್ಷಣೆ

2. ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆ

3. ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

4. ಶುದ್ಧ ನೀರು ಮತ್ತು ನೈರ್ಮಲ್ಯ

5. ಸ್ಥಾನಿಕ ರೋಗಗಳು ಬರದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು.

6. ಅವಶ್ಯಕ ಅಂಕಿ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಮತ್ತು ವರದಿ

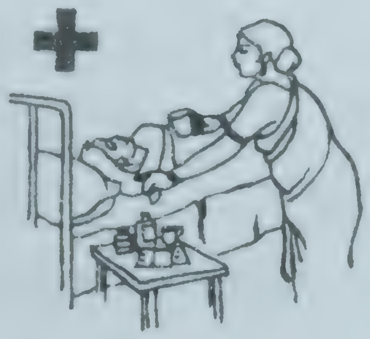
7. ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ

8. ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

9. ನಿರ್ದೇಶನಾತ್ಮ (ರೆಫರಲ್) ಸೇವೆಗಳು

10. ಆರೋಗ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳು , ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಸಹಾಯಕರು ಮತ್ತು ಸ್ಥಳೀಯ ದಾಯಿಗಳಿಗೆ ತರಬೇತಿ.

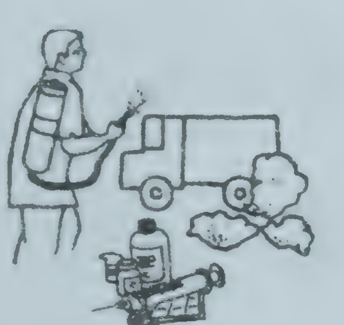
ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ



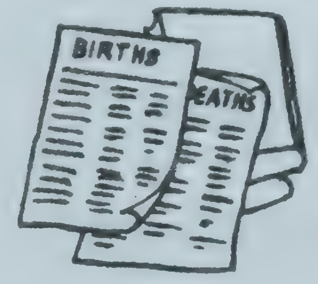
ವೈದ್ಯಕೀಯ ರಕ್ಷಣೆ

ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆ
ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

ಶುದ್ಧನೀರು ಮತ್ತು
ಮೂಲಭೂತ ನೈರ್ಮಲ್ಯ



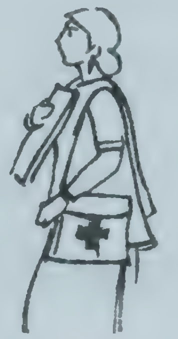
ಸ್ಥಾನಿಕ ರೋಗಗಳನ್ನು
ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಮತ್ತು
ಹಿಡಿತಸಾಧಿಸುವುದು.



ಮುಖ್ಯ ಅಂಕಿಅಂಶಗಳ ಸಂಗ್ರಹಣೆ

ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ

ನಿರ್ದೇಶನಾತ್ಮಕ ಸೇವೆಗಳು



ಆರೋಗ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳ ತರಬೇತಿ

ಮಲೇರಿಯಾ ನಿಯಂತ್ರಣ

ಕುಷ್ಠರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಣ

ಕ್ಷಯ ನಿಯಂತ್ರಣ

ಫೈಲೇರಿಯಾ ನಿಯಂತ್ರಣ

ಪೋಲಿಯೋ ನಿಯಂತ್ರಣ

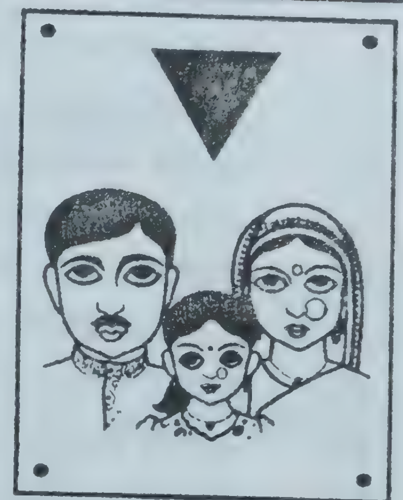
ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

ಉಪಕೇಂದ್ರಗಳು ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವಿತರಣೆಯಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಅಧೀನದಲ್ಲಿ 6 ಉಪಕೇಂದ್ರಗಳು ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಉಪಕೇಂದ್ರಗಳು ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಸೇವೆಗಳು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನಾ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 5000 ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಮತ್ತು ಗಿರಿಜನ ಮತ್ತು ಬೆಟ್ಟ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 3000 ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಉಪಕೇಂದ್ರ

ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆ

ಲಸಿಕಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ



ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಉಪಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿರುತ್ತಾರೆ. ಇವರುಗಳು ಉಸ್ತುವಾರಿಯನ್ನು ಪುರುಷ ಮತ್ತು ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕರು ಕ್ಷೇತ್ರ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ರಚನೆ - ಸಿಬ್ಬಂದಿ ವಿವರ

ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯದ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಅವಶ್ಯ. ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಅವಶ್ಯಕತೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ, ಗುಣಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಮಾಣಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹೊಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಯೋಜನೆ ಮತ್ತು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುವುದರ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಿಬ್ಬಂದಿ ವಿವರ

1.	ಉಪ ಕೇಂದ್ರದ ಸಿಬ್ಬಂದಿ	ಸಂಖ್ಯೆ
1.	ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು / ANM	1
2.	ಪುರುಷ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು	1
3.	ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು (ಸಿ.ಹೆಚ್.ವಿ) (ಮಾಸಿಕ 50.00 ರೂ. ಗೌರವ ಧನ ನೀಡಲಾಗುವುದು)	1
	ಒಟ್ಟು	3

2. ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ಸಿಬ್ಬಂದಿ

		ಸಂಖ್ಯೆ
1.	ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು	1
2.	ಔಷಧ ತಜ್ಞ	1
3.	ದಾದಿಯರು (ಸ್ಟಾಫ್ ನರ್ಸ್)	1
4.	ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು (ಎ.ಎನ್.ಎಂ.)	1
5.	ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಕರು	1
6.	ಪುರುಷ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕರು	1
7.	ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯಕರು	1
8.	ಪ್ರಥಮ ದರ್ಜೆ ಗುಮಾಸ್ತ	1
9.	ದ್ವಿತೀಯ ದರ್ಜೆ ಗುಮಾಸ್ತ	1
10.	ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ತಜ್ಞ	1
11.	ವಾಹನ ಚಾಲಕ (ವಾಹನದ ಲಭ್ಯತೆ ಮೇಲೆ)	1
12.	ನಾಲ್ಕನೆಯ ದರ್ಜೆ ನೌಕರರು	4
	ಒಟ್ಟು	15

(ಬಯಲು ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 30,000 ಮತ್ತು ಬೆಟ್ಟ ಮತ್ತು ಗಿರಿಜನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ 20,000 ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ)

3. ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ಸಿಬ್ಬಂದಿ

1.	ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು	4
2.	ದಾದಿಯರು	7
3.	ಶುಶ್ರೂಷಕರು	1
4.	ಔಷಧ ತಜ್ಞ / ಕಾಂಪೌಂಡರ್	1
5.	ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ತಜ್ಞ	1
6.	ಕ್ಷ ಕಿರಣ ತಜ್ಞ	2
7.	ವಾರ್ಡ್ ಬಾಯಿ	1
8.	ಅಗಸ	3
9.	ಕಸ ಗುಡಿಸುವವನು	1
10.	ಮಾಲಿ	1
11.	ಚೌಕಿದಾರ್	1
12.	ಆಯಾ	1
13.	ಸೇವಕ	1
	ಒಟ್ಟು	25

ಒಬ್ಬರು ವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿಗಳು ಹಾಲಿ ಇರುವವರಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆದ ಅಥವಾ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸಮುದಾಯದ ಆರೋಗ್ಯದ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಆಹಗೂ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರ ವೈದ್ಯ, ಮಕ್ಕಳ ತಜ್ಞ, ಪ್ರಸವ ತಜ್ಞ ಮತ್ತು ವೈದ್ಯಕಿಯ ತಜ್ಞರಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಣ ಪಡೆದವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಅಥವಾ ಸೂಕ್ತ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಮಹಿಳಾ ಮತ್ತು ಪುರುಷ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಕೇಂದ್ರದ ಬೆನ್ನೆಲುಬಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅವರ ಕೆಲಸಗಳು ಮತ್ತು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು ಈ ಕೆಳಕಂಡಂತಿವೆ.

ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ (ANM)

ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಉಪಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಇವರ ಕಾರ್ಯಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳು

1. ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಮತ್ತು ತಾಯಿಯ ಸುರಕ್ಷಿತೆ

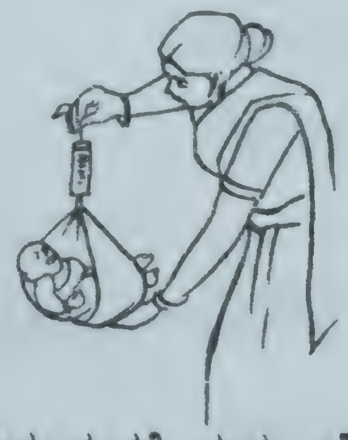
- ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಸೇವೆ ನೀಡುವುದು. ವಿಶೇಷವಾಗಿ ನೋಂದಾಯಿತ ತಾಯಿಯರಿಗೆ.
- ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶದ ಆಹಾರದ ರಕ್ಷಣೆ, ತಯಾರಿ ಮತ್ತು ಬಳಸುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡುವುದು.
- ಕಬ್ಬಿಣಾಂಶ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ವಿತರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು.
- ಮನೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುದಾಗ ಹಿಮೋಗ್ಲೋಬಿನ್, ಸಕ್ಕರೆ ಮತ್ತು ಮೂತ್ರ ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡುವುದು.
- ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮತ್ತು ಸ್ತ್ರೀರೋಗಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇದ್ದಾಗ ಮತ್ತು ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ಅಸಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿದ್ದರೆ ಸೂಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡುವುದು.
- ಶೇ. 50 ಹೆರಿಗೆಗಳನ್ನು ತನ್ನ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕು ಹಾಗೂ ಇತರೆ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಜನರ ಬೇಡಿಕೆಯಂತೆ ಮಾಡಬೇಕು .ದಾಯಿಗಳು ಮಾಡುವ ಹೆರಿಗೆಗಳನ್ನು ಉಸ್ತುವಾರಿ ಮಾಡಬೇಕು.
- ಕಷ್ಟಕರ ಹೆರಿಗೆ ಮತ್ತು ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳು ತೊಂದರೆಯಲ್ಲಿದ್ದಾಗ ಸಹಕರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತ ವೇಳೆಗೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ದಾಖಲಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅನುಸರಣಾ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಹೆರಿಗೆ ನಂತರ ಕನಿಷ್ಠ ಮೂರು ಬಾರಿಯಾದರೂ ಅವರ ಮನೆಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಅವರಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಶಿಶುವಿನ ಆಹಾರ ಪೋಷಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು.
- ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಸರ್ಕಾರದಿಂದ ಸಿಗುವ ಗರ್ಭಪಾತ ಮತ್ತಿತರ ಸೇವಾ ಸೌಲಭ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ಹತ್ತಿರದ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ ಕೊಡುವುದು.

2. ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

- ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು.
- ಗರ್ಭ ನಿರೋಧಕ ಮಾತ್ರೆಗಳು ಮತ್ತು ನಿರೋಧ್ (ಕಾಂಡೋಮ್) ಇತರೆ ವಿತರಿಸುವುದು.
- ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಸಹಕರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು. ಅವಶ್ಯಕತೆ ಬಿದ್ದಲ್ಲಿ ದಾಯಿಯನ್ನು ಅವರ ಜೊತೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡುವುದು.

ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಆರೈಕೆ

ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

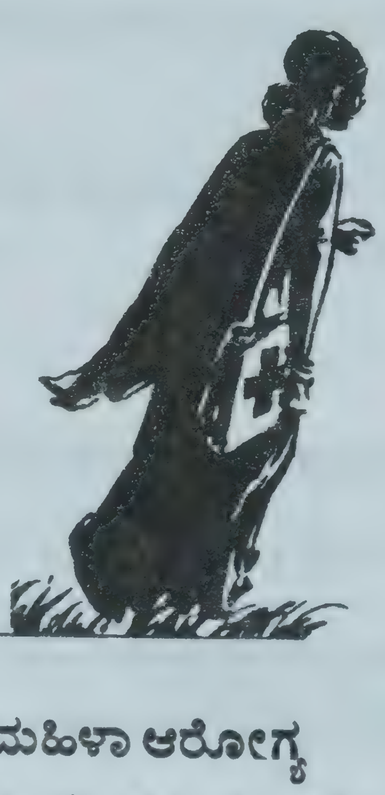


ಶಿಶು ಸುರಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಠಿಕತೆ

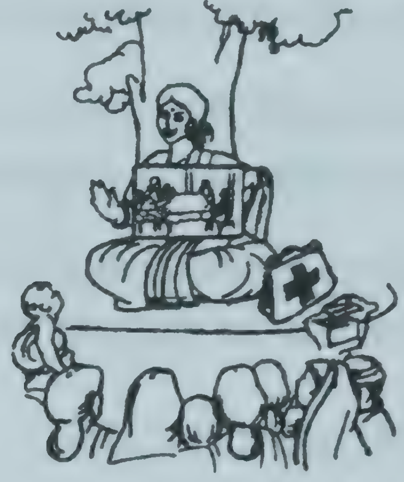
ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು
ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ.

ಲಸಿಕಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಪರಿಸರ ನೈರ್ಮಲ್ಯ



ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ
ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಪಾತ್ರ



ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಗಳನ್ನು
ದಾಖಲಿಸುವುದು

3. ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಲಸಿಕೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

- ಎಲ್ಲಾ ಶಿಶುಗಳಿಗೆ ಲಸಿಕೆ ನೀಡುವುದು.
- ಎಲ್ಲಾ ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಮತ್ತು ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳ ದಾಖಲೀಕರಣ 5 ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಕಾರ್ಡ್‌ಗಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು.
- ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರಿಗೆ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಟೆಟೈನಸ್ ಟಾಕ್ಸ್‌ಯಿಡ್ ನೀಡುವುದು.

4. ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ವ್ಯಾಧಿಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಮುಂಜಾಗ್ರತೆ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲಾಗುವುದು.

- ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ತುರ್ತು ಅಪಘಾತಗಳಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದು.
- ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ ಅಥವಾ ಹತ್ತಿರದ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ ದಾಖಲಾದವರನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿಕೊಡುವುದು.
- ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಕರ್ತವ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು.
- ಕ್ಷಯರೋಗ, ಕುಷ್ಠರೋಗಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣ, ಅಂಧತ್ವ ನಿವಾರಣೆ, ಮಲೇರಿಯಾ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ಪೈಲೇರಿಯಾ ನಿಯಂತ್ರಣ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಅನುಸರಣೆ ಮಾಡುವುದು.
- ಮನೆಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿದಾಗ ಅವರ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದ ಪ್ರಕಟಣೆ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಜಾಹಿರು ನಾಮೆ ನೀಡುವುದು.

5. ಶಿಶು ಪೋಷಣೆ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಠಿಕತೆ

- ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ ನಿಯಂತ್ರಣ ಶ್ವಾಸಕೋಶದ ತೀವ್ರ ಸೋಂಕು, ಪೌಷ್ಟಿಕತೆ, ಶಿಕ್ಷಣ, ವಿಟಮಿನ್ ಎ. ಇತರೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ನೋಡುವುದು ಮತ್ತು ಸೂಕ್ತ ಕ್ರಮಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು.

6. ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ

- ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು.
- ತಾಯಂದಿರು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಮತ್ತು ಗುಂಪುಗಳಿಗೆ ಕುಟುಂಬದ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ, ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ, ಪೌಷ್ಠಿಕತೆ, ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು, ಸ್ವಚ್ಛತೆ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯ ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು

7. ಪರಿಸರ ನೈರ್ಮಲ್ಯ

- ಸ್ಥಳೀಯ ನೈರ್ಮಲ್ಯದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬ್ಲೀಚಿಂಗ್ ಪುಡಿಯನ್ನು ವಿತರಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ತೆರೆದ ಬಾವಿಗಳು ಮತ್ತು ಟ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳನ್ನು ಶುಚಿಗೊಳಿಸುವುದು.

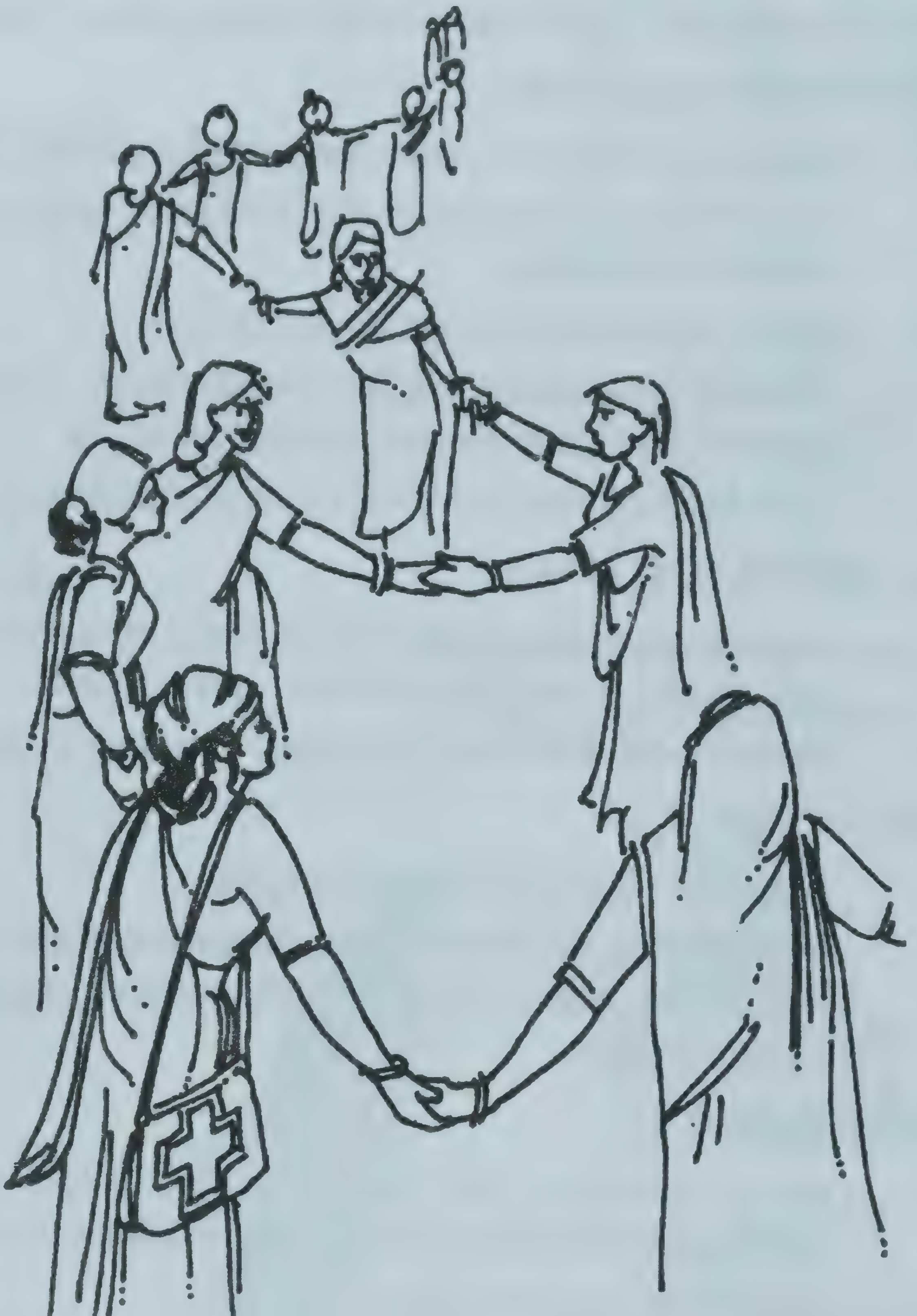
8. ಮುಖ್ಯ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು.

ನೋಂದಾವಣೆ :
1. ಮೂರು ತಿಂಗಳು ತುಂಬಿದ ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸುವುದು.
2. ಅರ್ಹ ವಿವಾಹಿತ ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ನೊಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
3. ಮನೆ ಮನೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಂದಾಯಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
4. ಹೆರಿಗೆಯಾದವರ ಅರ್ಹ ದಂಪತಿಗಳ ಮಕ್ಕಳ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ಕ್ರಮ ಬದ್ಧವಾಗಿ ಬರೆದಿಡುವುದು.
5. ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಜನನ ಮತ್ತು ಮರಣ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವುದು.

9. ಗುಂಪಿನ ಕಾರ್ಯ :

ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳನ್ನು, ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ರಚಿಸಿ ಸಮುದಾಯದ ಸಹ ಭಾಗಿತ್ವವನ್ನು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಒದಗಿಸುವುದು.

ಮಹಿಳಾ ಮುಖಂಡರನ್ನು ಗುರ್ತಿಸಿ ಅವರಿಗೆ ನಾಯಕತ್ವದ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವುದು.



ಗುಂಪಿನ ಕೆಲಸವು ಒಳ್ಳೆಯ ಫಲವನ್ನು ನೀಡುವುದು

ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯು ಎದುರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯರು ಮೂರು ಮುಖ್ಯ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಎದುರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಮೊದಲನೆಯದು ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಕಡಿಮೆ ದರ್ಜೆಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದು, ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಮಹಿಳೆಯಾಗಿರುವುದು ಹಾಗೂ ಜಾತಿ, ಕಡಿಮೆ ಆಧಾಯ, ಕುಟುಂಬದ ಹಿನ್ನಲೆ ಮತ್ತು ವೈವಾಹಿಕ ಸ್ಥಾನ ಮಾನಗಳು, ಮೂರನೆಯದಾಗಿ ಆಕೆಯು ಮಹಿಳೆಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ಸಂಚಲನ ಕಷ್ಟವಾಗಿರುವುದು.

ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳಲ್ಲಿ ಆಕೆಯ ಸ್ಥಾನ :

ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸುವಾಗ ಒತ್ತಡದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಕೆಯು ಚಿಕಿತ್ಸಾ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುವಾಗಲೂ ಆಕೆಗೆ ಔಷಧೀಯ ಕೊರತೆ, ತರಬೇತಿಯ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಮತ್ತು ಆಕೆಯ ಸೇವೆಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿರಸ್ಕೃತ ಭಾವನೆಯಿಂದ ನೋಡುವುದಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಆಕೆ ಮಹಿಳೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ :

ಕೆಲವು ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಒಂಟಿಯಾಗಿದ್ದು ವಿವಾಹ ವಿಚ್ಛೇದಿತರಾಗಿದ್ದು, ವಿಧವೆಯಾಗಿದ್ದು ಹಾಗೂ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಿತ್ರವಾದ ಸಾಮಾಜಿಕ ಪಿಡುಗು ಇರುವುದು ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಆಕೆಯ ಕರ್ತವ್ಯದ ಮೇಲೆ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ವಿವಿಧ ವಿಧಾನಗಳಾದ ನಿರೋಧ್ ಬಳಕೆ ಹಾಗೂ ಕಾಪರ್ ಟಿ ಮುಂತಾದುವುಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಈಕೆಯ ಮೇಲೆ ಲೈಂಗಿಕ ಹಲ್ಲೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

ಈಕೆ ಸಮುದಾಯದ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸಲು ಮನೆ, ಶೌಚಾಲಯ, ನೀರು ಇವುಗಳಿಗಾಗಿ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಕೆಯು ಸ್ಥಳದಿಂದ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾವಣೆಯಾದಾಗ ಆಕೆಯ ಕುಟುಂಬ ಬೇರೆ ಕಡೆ ತೆರಳಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಸಲ ಜಂಟಿಯಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯ ಆಕೆಯನ್ನು ನಮ್ಮ ಸಹಾಯಕ್ಕೆ ಇರುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಎಂದು ಗುರುತಿಸದೆ ಇರುವುದು ಕಾಣುತ್ತದೆ.

ಕಾರ್ಯ ಸಂಚಲನೆಯ ಸಮಸ್ಯೆ

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಕುಟುಂಬ ಅಸಂಖ್ಯಾತವಿರುತ್ತದೆ. ಧೊಡ್ಡಗ್ರಾಮವಾದರೆ 1 ಅಥವಾ 3 ರಿಂದ 4 ಉಪ ಗ್ರಾಮಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಗುಡ್ಡಗಾಡು ಮತ್ತು ಗಿರಿಜನ ಪ್ರದೇಶಗಳು 10 ರಿಂದ 15 ದಾಖಲೆ ಗ್ರಾಮಗಳಿದ್ದ ವಿಸ್ತಾರವಾದ ಪ್ರದೇಶವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಗ್ರಾಮಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ಕೊಡುವುದು ತಿಂಗಳೊಮ್ಮೆಯೂ ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ.

ಸಮುದಾಯದ ಸಂಘಟಿತ ಬೆಂಬಲವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡ ಗುರಿಯನ್ನು ತಲುಪಲು ಕಷ್ಟವಾಗುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬರೇ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾದಾಗ ನಿಗದಿತ ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಸೇವೆಯನ್ನು ತಲುಪಿಸಲು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯವು ಸಹಕರಿಸಿ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದಿಗಾಗಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರಿಸಿದಾಗ, ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಸ್ವಯಂ ಪ್ರೇರಿತರಾಗಿ ತಾವು ಸೇವೆಯನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಾಗ ಎ.ಎನ್.ಎಂ. ಕೆಲಸ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವ್ಯಕ್ತಿಯನ್ನು ವೈಯಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಭೇಟಿ ಮಾಡಬೇಕಾದರೆ ಸಮುದಾಯದ ಸಹಕಾರವಿಲ್ಲದೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲದಾಗಿದೆ.

ಪುರುಷ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು

ಪುರುಷ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ತಮಗಿರುವ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಇತರರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು. ಇವರು ಉಪಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿದ್ದು ಇದಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ ಗ್ರಾಮಗಳ ಜನರ ಆರೋಗ್ಯದ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಕೆಳಕಂಡಂತೆ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಇವರದು.

1. ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣ

ಮಲೇರಿಯಾ

- ಜ್ವರ ಬಂದವರನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವುದು
- ರಕ್ತ ಪರೀಕ್ಷೆಗಾಗಿ ರಕ್ತ ಲೇಪನ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಎಲ್ಲಾ ಜ್ವರಕ್ಕೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದು.
- ಮಲೇರಿಯಾ ಎಂದು ತಿಳಿದು ಬಂದ ರೋಗಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದು.
- ಸೊಳ್ಳೆಗಳ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಔಷಧಿ ಸಿಂಪಡಿಸಲು ಸಹಕರಿಸುವುದು.

ಕುಷ್ಠರೋಗ

ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಮಚ್ಚೆ ಇರುವುದು ಮತ್ತು ಇಂತಹ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಶ ಜ್ಞಾನ ಇಲ್ಲದೆ ಇದ್ದವರನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಚರ್ಮಲೇಪನ ತೆಗೆಯುವುದು

ಕುಷ್ಠರೋಗವೆಂದು ಖಚಿತವಾದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕ್ರಮ ಬದ್ಧವಾದ ಹಾಗೂ ಪೂರ್ಣವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನು ನೀಡಲು ನಿಗಾವಹಿಸುವುದು.

ಕ್ಷಯರೋಗ

ನಿರಂತರವಾದ ಕೆಮ್ಮು, ಜ್ವರ, ಉಗುಳಿನಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಇಂತಹ ಸೂಚನೆಗಳು ಕಂಡು ಬರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಿಗೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸುವುದು.

ಕ್ಷಯ ರೋಗದ ಅಂಶವಿರುವುದು ಕಂಡುಬಂದರೆ ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು.

ಇತರೆ ಕಾಯಿಲೆಗಳು

- ಅತಿಸಾರ, ಮೆದುಳಿನ ಜ್ವರ, ಡಿಫ್ತೀರಿಯಾ ಕೆಮ್ಮು, ಟಿಟನಸ್, ಕಣ್ಣು ಬೇನೆ, ಕಾಮಾಲೆ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವುದು
- ಈ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಬರದಂತೆ ಹಾಗೂ ಹರಡದಂತೆ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಅತಿಸಾರ ಭೇದಿ ವಾಂತಿ ಬೇದಿಗಳಾದಾಗ ಅವುಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಓ.ಆರ್.ಎಸ್.ಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು.
- ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಬಂಧದ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಫ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸುವುದು.
- ಅಂಧತ್ವ ಇರುವವರನ್ನು ಕಣ್ಣಿನ ಪೊರೆ, ಇರುವವರನ್ನು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸುವುದು.
- ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ ಮತ್ತು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು.

2. ಪರಿಸರ ನೈರ್ಮಲ್ಯ

- ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಬಳಸುವ ನೀರಿನ ಮೂಲಗಳನ್ನು ಆಗಾಗೆ ಕ್ಲೋರಿನ್‌ಯುಕ್ತವಾಗಿ ಮಾಡುವುದು.
- ದ್ರವ ಮತ್ತು ಘನ ರೂಪದ ತ್ಯಾಜ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತ ವಿಲೇವಾರಿ ಮಾಡುವಂತೆ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು.
- ಸಾರ್ವಜನಿಕರು ಶೌಚಾಲಯ ನಿರ್ಮಿಸಲು ಮತ್ತು ಹೊಗೆರಹಿತ ಒಲೆ ನಿರ್ಮಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು.

2

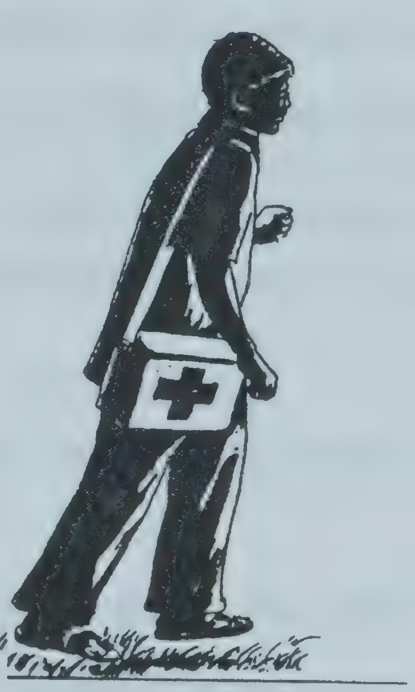
ಮಲೇರಿಯಾ

ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ

ಕುಷ್ಠ ರೋಗ

ಕ್ಷಯ ರೋಗ

ಇತರೆ ಕಾಯಿಲೆಗಳು



ಲಸಿಕಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಪುರುಷ ಆರೋಗ್ಯ

ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಪಾತ್ರ

ಶಿಶು ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಪೌಷ್ಠಿಕತೆ

ಪರಿಸರ ಶುಚಿತ್ವ

ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಗಳ ದಾಖಲಾತಿ

3. ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚುಚ್ಚು ಮದ್ದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

- ಕ್ಷಯ, ಗಂಟಲು ಮಾರಿ, ನಾಯಿಕೆಮ್ಮು, ಧನುರ್ವಾತ, ಪೋಲಿಯೋ, ದಡಾರ ಇನ್ನು ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳು ವಿರುದ್ಧ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಲಸಿಕೆ ಹಾಕುವುದು.
- ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಮತ್ತು ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಟಿಟನಸ್ ಟಾಕ್ಸಾಯಿಡ್ ನೀಡುವಂತ ಮಹಿಳಾ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲಸಿಕೆ ಕೊಡುವುದರ ಮಹತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು.

4. ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ

- ಸಣ್ಣ ಹಾಗೂ ಸುಖೀ ಕುಟುಂಬವನ್ನು ಹೊಂದುವುದರ ಅವಶ್ಯಕತೆಯನ್ನು ಜನರಿಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು.
- ಗರ್ಭ ನಿರೋಧಕ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಬಳಸುವಂತೆ ಎಲ್ಲಾ ಅರ್ಹ ದಂಪತಿಗಳಿಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡುವುದು.
- ನಿರೋದ್ ಮತ್ತು ಗರ್ಭ ನಿರೋಧಕ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಹಂಚುವುದು.
- ಸಂತಾನಹರಣ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಬೇಕು.
- ಆಪರೇಷನ್ ನಂತರ ಉಂಟಾಗುವ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಅವಶ್ಯಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯನ್ನೇ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯ.
- ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಯೋಜನೆಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ನಾಯಕರು , ಶಿಕ್ಷಕರು, ಆರೋಗ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳು ಮತ್ತು ಇತರ ಸಮುದಾಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆರುಗಳನ್ನು ತೊಡಗಿಸಬೇಕು.

5. ಮಕ್ಕಳ ಪೋಷಣೆ ಪೌಷ್ಠಿಕತೆ

- ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಪೋಷಣೆಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು. ಇರುವಂತಹ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಉತ್ತೇಜಿಸಬೇಕು.
- ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳುಗಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಪೌಷ್ಠಿಕ ಆಹಾರವನ್ನು ನೀಡುವ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಬೇಕು.
- ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಅಪೌಷ್ಠಿಕತೆಯನ್ನೇ ಗುರುತಿಸಿ ಅಂಗನವಾಡಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು.
- ಕಬ್ಬಿಣ ಮತ್ತು ಪೋಲಿಕ್ ಆಸಿಡ್ ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಗರ್ಭಿಣಿಯರಿಗೆ ಹಾಗೂ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರಿಗೆ ಕೊಡಬೇಕು.
- ಐದು ವರ್ಷದೊಳಗಿನ ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಿಟಮಿನ್ ಎ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು.

6. ಮುಖ್ಯ ಘಟನೆಗಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು.

- ಜನನ ಮತ್ತು ಮರಣಗಳನ್ನು ದಾಖಲಿಸುವುದು

7. ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ

- ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದು
- ತುರ್ತು / ಅಪಘಾತಗಳಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದು.
- ತಮ್ಮಿಂದ ಗುಣಪಡಿಸಲಾಗದ ರೋಗಿಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ ಅಥವಾ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತೋರಿಸಬೇಕು.

8. ತಂಡದ ಕಾರ್ಯ

- ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ ಮತ್ತು ತಾಲ್ಲೂಕು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಸಭೆಗಳಿಗೆ ಹಾಜರಾಗುವುದು.
- ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ ಹಾಗೂ ಇತರೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರುಗಳು ಆರೋಗ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಗಳು ದಾಯಿ (ಸೂಲಗಿತ್ತಿ)ಯರ ಜೊತೆ ನಿಕಟವಾಗಿ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು.
- ಸಮಗ್ರ ಕುಟುಂಬ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಈ ಎಲ್ಲಾ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು.

ಗ್ರಾಮ

ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶವೇ ಗ್ರಾಮ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ಮತ್ತು ಸರ್ಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ನಡುವೆ ಉತ್ತಮ ಬಾಂಧವ್ಯ ಏರ್ಪಡಿಸುವುದು, ಸಮುದಾಯದ ಸಹಭಾಗಿತ್ವ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು, ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಯ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ನಿಯಮದಂತೆ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಮಾನವಾದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು ಕೆಲವು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಈಗಾಗಲೇ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದು, ಈ ಯೋಜನೆ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಕರನ್ನು (ಗ್ರಾಮಸ್ಥರನ್ನು) ಪ್ರಚೋದನೆಗೊಳಿಸುವುದು, ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಮಹಿಳೆಯರನ್ನು ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಗಳು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಕ್ರೋಢೀಕರಿಸಿ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ಸೂಕ್ತ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು, ಪಂಚಾಯ್ತಿಗಳು ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ಮೊದಲ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುವಂತೆ (ಸೂಕ್ತ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸಲಕರಣೆ ಮತ್ತು ಇತರೆ ಸಂಪನ್ಮೂಲ) ಮಾಡುವುದೇ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶ.

- ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ನಾಯಕತ್ವ ತರಬೇತಿ ಯೋಜನೆ
- ಸ್ಥಳೀಯ ದಾಯಿಗೆ ತರಬೇತಿ
- ಸಮಗ್ರ ಶಿಶು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆ.

ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಯೋಜನೆ

ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿಯನ್ನು ಸಮುದಾಯದಿಂದ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಂತರ ಇವರಿಗೆ ಅಲ್ಪಾವಧಿಯ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ತರಬೇತಿಯ ನಂತರ ತರಬೇತಿಯ ಕೈಪಿಡಿ ಮತ್ತು ಒಂದು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಬೇಕಾದ ಪರಾಂಪರಿಕಾ ಮತ್ತು ಹೊಸ ವಿಧಾನದ ಔಷಧಿಯ ಕಿಟ್ಟನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇವರಿಗೆ ಗೌರವಧನ ನೀಡಲಾಗುವುದು ಮತ್ತು ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ಔಷಧಿಯನ್ನು ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ತರಬೇತಿ ಹೊಂದಿದ ದಾಯಿ ಮತ್ತು (ಸೂಲಗಿತ್ತಿ)

ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಜನ ದಾಯಿಯರಿದ್ದು ಇವರಿಗೆ ಒಂದು ತಿಂಗಳ ತರಬೇತಿಯನ್ನು ಸಹ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇವರುಗಳು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹೆರಿಗೆ ಮಾಡುವುದು ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇಧರ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶ ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ, ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀ ಆರೈಕೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಸವಗಳ ಬಗ್ಗೆ ದಾಯಿಗಳಾಗಿ ಉತ್ತಮ ಜ್ಞಾನ ಉಪಕರಣ ಸಾಮಗ್ರಿ ಒದಗಿಸಿಕೊಡುವುದು, ತರಬೇತಿ ಮುಗಿದ ನಂತರ ಪ್ರಮಾಣ ಪತ್ರ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ದಾಯಿಯು ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆ, ಪ್ರಸವ, ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣೆ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳುವಳಿಕೆಯುಳ್ಳವರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇವರು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಸಹ ಆಗಿರುತ್ತಾರೆ.

ಶಿಶು ಸಮಗ್ರ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆ :

ಈ ಯೋಜನೆಯಡಿಯಲ್ಲಿ 1000 ಜನರಿಗೆ ಒಬ್ಬರು ಅಂಗನವಾಗಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿರುತ್ತಾರೆ. ಈ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಹಳ್ಳಿಗೂ ಒಂದು ಅಂಗನವಾಡಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯದಿಂದ ಆರಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಪೌಷ್ಠಿಕತೆ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ತರಬೇತಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ನಿರೋಧಕ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು, ಪೌಷ್ಟಿಕತೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣ, ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಮತ್ತು ಹದಿಹರೆಯದ ಆರೋಗ್ಯ ಈ ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಎ.ಎನ್.ಎಂ. ಅವರಿಗೆ ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಭಾರತೀಯ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಗಳು

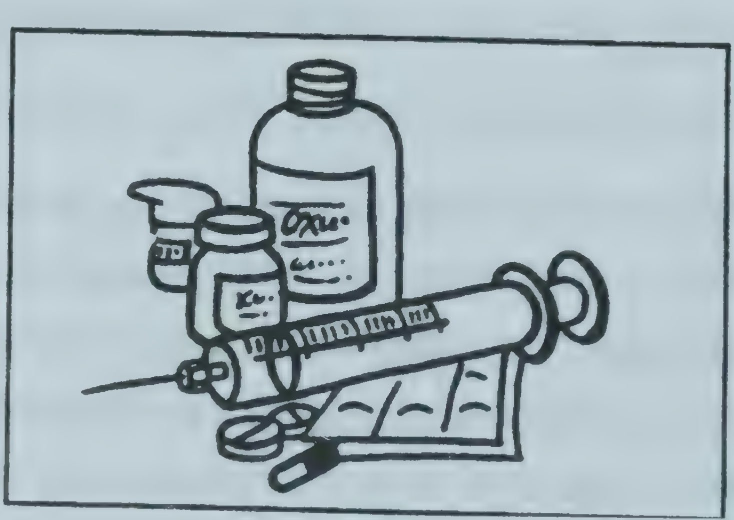
ಇದು ತಲತಲಾಂತರದಿಂದ ಪರಂಪರಾನುಗತವಾಗಿ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅನುಭವದ ಆಧಾರದ ಮೇಲ ಒಬ್ಬರಿಂದೊಬ್ಬರಿಗೆ ಹೇಳಲ್ಪಟ್ಟ ಅಥವಾ ಬರೆಯಲ್ಪಟ್ಟ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಜ್ಞನ ಕೋಶವಾಗಿದೆ. ವಿವಿಧ ರೋಗಗಳ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ ವಿಧಾನಗಳು, ದೈಹಿಕ ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ಅಸಮತೋಲನವನ್ನು ತಡೆಯುವುದು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪದ್ಧತಿ

ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಜರ ಅನುಭವ ಹಾಗೂ ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಿಳುವಳಿಕೆಯ ಅನುಭವ - ಸಂಗ್ರಹವೇ ಭಾರತೀಯ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿ. ಭಾರತವೇ ಅಲ್ಲದೇ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಅನೇಕ ರೀತಿಯ ಪಾರಂಪರಿಕ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಗಳಿದ್ದರೂ ಕಾರ್ಯರೂಪದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುವ ಅಗಾಧ ಅನುಭವ, ಅದರ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಇಂದಿನ ಉಪಯೋಗಗಳನ್ನು ಜನ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ವೀಕರಿಸಿದೆ.

ಭಾರತ ಸರ್ಕಾರವು ಅನುಮೋದಿಸಿರುವ ಶೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಗಳು

1. ಆಯುರ್ವೇದ
2. ಸಿದ್ಧ
3. ಯುನಾನಿ
4. ಯೋಗ
5. ಹೋಮಿಯೋಪತಿ

ಆಯುರ್ವೇದ



ಅಲೋಪತಿ

ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಇತರೆ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿಗಳು

1. ಸೂಜಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ - ಆಕ್ಯುಪಂಚರ್
2. ಪ್ರಕೃತಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ
3. ಜನಪದ ಔಷಧ ಮತ್ತು ಗಿರಿಜನ ವೈದ್ಯ ಪದ್ಧತಿ
4. ಮೂಲಿಕೆ ಮದ್ದು / ಔಷಧ

ಕೆಲವು ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಆಯುರ್ವೇದ / ಸಿದ್ಧ/ ಹೋಮಿಯೋಪತಿ ಚಿಕಿತ್ಸಾಲಯಗಳನ್ನು ತೆರೆಯಲು ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರಗಳು ಅನುಕೂಲ ಒದಗಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದೆ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ಆಧುನಿಕ ಔಷಧಿ ಪದ್ಧತಿಯು ತುಂಬಾ ದಬಾರಿಯಾಗಿವುದರಿಂದ ಇತರೆ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಇರುವುದರಿಂದ ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ದೂರದ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ಈ ಸೇವೆ ಒದಗದೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಪರಂಪಾರಿಕಾ ಔಷಧಿ ಪದ್ಧತಿಯು ಇಂದು ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿ ಬೇಕಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಇದರಿಂದ ಅಡ್ಡ ಪರಿಣಾಮಗಳು ಸಹ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಖಾಸಗಿ ವಲಯ

ಶೇ. 70ರಷ್ಟು ವೈದ್ಯರು ಖಾಸಗಿಯಾಗಿ ಸೇವೆಸಲ್ಲುಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸೇವೆ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಪರಿಹಾರೋಪಚಾರ ಪದ್ಧತಿಯವುಗಳಾಗಿವೆ ಮತ್ತು ಬಡವರಿಗಿಂತ ಹಣವಂತರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಈ ಸೇವೆ ಲಭಿಸುತ್ತಿದೆ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರನ್ನು ತರಬೇತುಗೊಳಿಸಲು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡಲು ಜನರ ಹಣದಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರ ಇವರನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸಿದರು. ಇವರು ಬಡಜನರ ಸೇವೆ ಮಾಡುವುದರ ಬದಲು ಹಣಕ್ಕಾಗಿ ಖಾಸಗಿಯಾಗಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುವುದು ಗಮನಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಇಂದು ಸಾವಿರಾರು ಖಾಸಗಿ ಕ್ಲೀನಿಕ್‌ಗಳು ನರ್ಸಿಂಗ್ ಹೋಂಗಳು ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳು ನಾಯಿಕೊಡೆಗಳಂತೆ ದೇಶದಾದ್ಯಂತ ಹರಡಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಸಹ ಒಂದು ವಿಧಾನ ಅಥವಾ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಒಂದೇ ತೆರನಾದ ಶುಲ್ಕದ ನಿಯಮವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಯಾವುದಕ್ಕೆ ಎಷ್ಟು ಖರ್ಚಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದರ ಕಲ್ಪನೆ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂದು ಕೆಲವು ವಿಧಾನಗಳಾದ ಸಿಟಿ ಸ್ಕ್ಯಾನ್,ಎನ್.ಎಂ.ಆರ್. ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಮುಂತಾದ ಜನರನ್ನು ದಿಕ್ಕು ತಪ್ಪಿಸುವ ಪರೀಕ್ಷಣಾಕ್ರಮ ಇವುಗಳ ದುರ್ಬಳಕೆ ಮಾಡುವುದೇ ಅಧಿಕವಾಗಿದೆ.

ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ವಲಯ :

ಆರೋಗ್ಯದ ಸೇವೆಯನ್ನು ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಇಂದು ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಅತ್ಯಂತ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತಿವೆ. ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೂ ಮತ್ತು ಸರ್ಕಾರದ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೂ ಇರುವ ಮುಖ್ಯ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನೆಂದರೆ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ತನ್ನದೇ ಆದ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಮತ್ತು ಹಣ ಕಾಸಿನ ನೇರವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಜನರ ಸಾಮಿಪ್ಯವಿದ್ದು ತನ್ನದೇ ಆದ ಆಡಳಿತ ವರ್ಗದಿಂದ ಈ ಕೆಳಕಂಡಂತೆ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

- ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮತ್ತು ಸಲಹೆ ನೀಡುವುದು
- ಹೊಸ ರೀತಿಯ ಪ್ರಯೋಗ ಮತ್ತು ಸಂಶೋಧನೆ
- ಹೊಸ ರೀತಿಯ ಪ್ರಯೋಗ ತಂತ್ರಗಳು ಮತ್ತು ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಳವಡಿಸುವುದು.
- ಜನರಿಗೆ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವುದು.
- ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಆಂದೋಲನಗಳು ಮತ್ತು ಸಂಪರ್ಕ ಜಾಲಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸುತ್ತವೆ.
- ಸರ್ಕಾರದ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡದ ಗುಂಪುಗಳಾಗಿ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು.
- ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ನ್ಯಾಯ ಒದಗಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡುವುದು.

ಸರ್ಕಾರವು ಪ್ರತಿ 5 ವರ್ಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಗತಿ ಮತ್ತು ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ ಇದುವರೆವಿಗೆ ಆದ ಪ್ರಗತಿ ಮತ್ತು ಮುಂದಿನ 5 ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಆಗಬೇಕಾದ ಕೆಲಸಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯದ ಆರೋಗ್ಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಉತ್ತಮ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗ ಬೇಕಾದರೆ ಸಮುದಾಯ ಸಹಭಾಗಿತ್ವ ಮತ್ತು ಬಹುರೂಪ ವಿಧಾನಗಳು ಅವಶ್ಯಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅನೌಪಚಾರಿಕ ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆ ನೀಡುವವರು:

ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಚುರುಕಾದ ಮಹಿಳಾ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮತ್ತು ವಿವಿದೋದ್ದೇಶ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿದ್ದರೂ ಅವರಿಗೆ ಸಮುದಾಯದ ಇತರರ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇದೆ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ನಾವು ಸೇವೆಗಳು ತಲುಪದೇ ಇರುವ ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಗ್ರಾಮೀಣ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವವರು ಯಾರು ಎಂಬುದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಇದಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಮೂಲಭೂತ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಇತರ ಮೂಲಗಳು ಸಹ ಇವೆ. ಇವುಗಳು ಜನರಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಿಗುವಂತಹದಾಗಿದೆ ಹಾಗೂ ಗ್ರಾಮೀಣ ಜನರಿಗೆ ಸೇವೆ ಒದಗಿಸುತ್ತಿವೆ.

ನೋಂದಾಯಿತ ವೈದ್ಯ. (ಆರ್.ಎಂ.ಪಿ.)

ಇವರು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರು ಎಂದು ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದು ವೈದ್ಯರಲ್ಲದವರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ಯಾವುದೇ ಅವಶ್ಯಕ ವಿದ್ಯಾರ್ಹತೆಯನ್ನು ಪಡೆದಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಇವರನ್ನು ಆರ್.ಎಂ.ಪಿ.ಗಳೆಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ನೋಂದಾಯಿತ ವೈದ್ಯ ಈ ಆರ್.ಎಂ.ಪಿ.ಯವರು ಜನರಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಿಗುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಅಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಒಂದಷ್ಟು ಅರೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಪಾದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ನೀಡುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯು ಸೂಕ್ತವಲ್ಲದಿದ್ದರು ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ತಾವೇ ಗುಣಮುಖವಾಗುವುದರಿಂದ ಬಹಳ ಬೇಗ ಜನಪ್ರಿಯರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇದರಿಂದ ಜನರಿಗೆ ಬಹಳವಾಗಿ ನಂಬಿಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಇವರು ಏಡ್ಸ್‌ನಿಂದ ಕ್ಯಾನ್ಸ್‌ವರೆಗೂ ಔಷಧಿ ನೀಡುತ್ತೇವೆ. ಎಂದು ಪ್ರಚಾರ ಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಇವರುಗಳು ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳನ್ನು ವಾಸಿ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಪರಿಣಿತರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕ ಕಾಯಿಲೆ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜ್ಞಾನ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಪಾರಂಪರಿಕ ವೈದ್ಯರು (ನಾಟಿ ವೈದ್ಯರು)

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಮುದಾಯದಲ್ಲೂ ವಯಸ್ಸಾದ ಗಂಪಸು, ಹೆಂಗಸರಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರು ನಾಟಿ ಆರೋಗ್ಯ ಭಂಡಾರವೇ ಆಗಿದ್ದು ಅನುಭವಿಯಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಇವರು ಸಾಮಾನ್ಯ ನೆಗಡಿಯಿಂದ, ಮಲೇರಿಯಾ, ಕಾಮಾಲೆ, ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯಿಂದ ಗರ್ಭಪಾತದವರೆಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಸಮುದಾಯದ ಮುಖ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿಯಾಗಿರುವ ಇವರುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕ್ರಮೇಣ ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತಲ್ಲಿದ್ದು, ಈ ಜ್ಞಾನ ಭಂಡಾರ ಬರಿದಾಗುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭ ಬಂದಿದೆ.

ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಪಾರಂಪಾರಿಕಾ (ನಾಟಿ) ವೈದ್ಯರು ಮುಖ್ಯರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ, ಕಾರಣವೇನೆಂದರೆ,

- ಇವರು ಹಳ್ಳಿಗರಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಿಗುತ್ತಾರೆ.
- ಹಳ್ಳಿಗರಿಗೆ ಇದರಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇರುತ್ತದೆ.
- ಹಳ್ಳಿಯ ಜೊತೆ ಬಹಳ ದಿನದ ಬಾಂಧವ್ಯವಿರುವುದರಿಂದ ಹಳ್ಳಿಯ ಜನರ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಣೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುತ್ತದೆ.
- ಇವರು ಅದೇ ಸಮುದಾಯದಿಂದಲೇ ಬಂದವರಾದ್ದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ ರಚನೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿರುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯ ಇವರನ್ನು ಗುರ್ತಿಸುತ್ತದೆ. ಜನಸಮುದಾಯ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಗ್ರಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಇತರರು ಸಹ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ. ಇವರೆಲ್ಲರೂ ಗ್ರಾಮದ ಅವಶ್ಯಕ್ತೆಯನ್ನು ಪೂರೈಸುತ್ತಾರೆ. ಇದರ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶ ಅವಶ್ಯಕತೆಗನುಗುಣವಾಗಿ ಇವರನ್ನು ಸಮುದಾಯವು ಸಹಭಾಗಿತ್ವದೊಂದಿಗೆ ಬಳಸಿಕೊಂಡು ಆರೋಗ್ಯದ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್ - ಒಂದು ಪಕ್ಷಿನೋಟ

ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್ ಮೂಲತತ್ವಗಳು

1. ಅಧಿಕಾರಿದ ವಿಕೇಂದ್ರಿಕರಣ
2. ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಲ್ಲಿ ಜನತೆಯನ್ನು ತೊಡಗಿಸುವುದು.
3. ಅಗತ್ಯಾಧಾರಿತ ಯೋಜನೆ

ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಪಾತ್ರ

ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಖಾರ್ಯ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಜನರ ಭಾಗಿತ್ವವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವುದು, ಪಂಚಾಯಿತಿ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ತಂತ್ರ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿರುವ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಮಾನವ ಸಂಪನ್ಮೂಲದ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಬಳಕೆ ಹಾಗೂ ಇವುಗಳ ಮೂಲಕ ಸರ್ಕಾರಿ ಅಂಗ ಸಂಸ್ಥೆ ಸಹಾಯ ಮೂಲಕ ಸೇವೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ನೀಡುವುದು.

ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್ ಕಾಯಿದೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಲಕ್ಷಣಗಳು

ಸಂವಿಧಾನ ಕಾಯಿದೆ 1992 (ಸಂವಿಧಾನದ 73ನೇ ತಿದ್ದುಪಡಿ) ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದೆ.

ಗ್ರಾಮ ಸಭೆಯು ನೋಂದಾಯಿತ ಪ್ರೌಢ ಸದಸ್ಯರನ್ನೊಳಗೊಂಡ ಸಭೆ ಈ ಸದಸ್ಯರು ಅದೇ ಪಂಚಾಯತ್ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿರುವ ಮತದಾರರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯತ್, ತಾಲ್ಲೂಕು ಪಂಚಾಯತ್ ಹಾಗೂ ಜಿಲ್ಲಾ ಪಂಚಾಯತ್ ಎಂಬ ಮೂರು ಶ್ರೇಣಿಗಳಿವೆ. 20 ಲಕ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ರಾಜ್ಯಗಳಿಗೆ ತಾಲ್ಲೂಕು ಅಥವಾ ಮಧ್ಯಮ ಪಂಚಾಯತ್ ಹೊಂದುವ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ಧರಿಸಬಹುದಾಗಿದೆ.

ನೇರ ಚುನಾವಣೆಯ ಮೂಲಕ ಭರ್ತಿ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರನ್ನು ಮಧ್ಯಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ಮಧ್ಯಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಹುದು ಹಾಗೂ ಮಧ್ಯಮ ಅಥವಾ ಜಿಲ್ಲಾ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರಾಗಬಹುದು. ಲೋಕಸಭೆ ರಾಜ್ಯ ಸಭೆ ಮತ್ತು ಶಾಸನ ಸಭಾ ಸದಸ್ಯರುಗಳು ಪಂಚಾಯಿತಿಯ, ಮಧ್ಯಮ / ಜಿಲ್ಲಾ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರಾಗಬಹುದು.

ಎಲ್ಲಾ ಪಂಚಾಯಿತಿಗಳಲ್ಲೂ ಜನಸಂಖ್ಯೆ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಪರಿಶಿಷ್ಠವರ್ಗ/ ಬುಡಕಟ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಮೀಸಲಾತಿ ಇರುತ್ತದೆ. 1/ 3 ಭಾಗದಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರಿಗಾಗಿ ಮೀಸಲಿರಿಸಿದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಪರಿಶಿಷ್ಟ ಜಾತಿ / ವರ್ಗ/ಬುಡಕಟ್ಟು ಜನರಿಗೆ ಮೀಸಲಾತಿ ಇರುವ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ 1/ 3 ಭಾಗ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಮೀಸಲಿರಿಸಿದೆ.

ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯ ಎಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಜನಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಪರಿಶಿಷ್ಟ ಜಾತಿ / ಪಂಗಡ ಗುಂಪಿಗೆ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರ ಸ್ಥಾನ ಕಾದಿರಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲದೆ 1/ 3 ಭಾಗ ಮಹಿಳೆಯರಿಗೆ ಮೀಸಲಾಗಿದೆ. ಶಾಸನ ಸಭೆಯು, ಮುಖ್ಯ ಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹಿಂದುಳಿದ ವರ್ಗದವರಿಗೆ ಮೀಸಲಿಡಬಹುದು.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪಂಚಾಯಿತಿಯು 5 ವರ್ಷ ಅವಧಿಯದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅವಧಿಯು ಮುಗಿಯುವುದರೊಳಗಾಗಿ ಹೊಸ ಸಭೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಚುನಾವಣೆಗಳು ನಡೆಯಬೇಕು. ಸಭೆಯು ರದ್ದಾದ ಪಕ್ಷದಲ್ಲಿ 6 ತಿಂಗಳೊಳಗಾಗಿ ಚುನಾವಣೆ ನಡೆಸಬೇಕು. ಏಪ್ರಿಲ್ 24, 1993ರ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಅವಧಿಯನ್ನು ಪೂರೈಸಲು ಅವಕಾಶವನ್ನು ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ರಾಜ್ಯ ಶಾಸನ ಸಭೆಯ ಚುನಾವಣೆಗಳಿಗೆ ಕಾನೂನಿನ್ವಯ ಅರ್ಹತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಪಂಚಾಯತ್‌ಗೂ ಸದಸ್ಯನಾಗಲು ಅನರ್ಹನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ.

ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಚುನಾವಣಾ ಆಯೋಗವು ಚುನಾವಣಾ ವಿನ್ಯಾಸ ನಿರ್ದೇಶನ ನಿರ್ದೇಶನ ಹಾಗೂ ಉಸ್ತುವಾರಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಸಂವಿಧಾನದ 11ನೇ ವಿಧಿಯು (ಅಧಿನಿಯಮವು) ಪಂಚಾಯಿತಿಗೆ ನೀಡಿರುವ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು ಆರ್ಥಿಕಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ನ್ಯಾಯ ಇವುಗಳ ಬಗೆಗಿನ ಯೋಜನೆಗಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಪಂಚಾಯತ್‌ಗೆ ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ಆರ್ಥಿಕಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಅನುಷ್ಠಾನದಲ್ಲಿ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಪೂರ್ಣ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲು ಪಂಚಾಯಿತಿಗೆ ಅನುದಾನ ಕೊಡಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರವು ಅನುದಾನವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತದೆಯಾದರೂ ಪಂಚಾಯಿತಿಯು ತೆರಿಗೆಗಳ ಮೂಲಕ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಆದಾಯವನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೆಲವು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಆದಾಯವನ್ನು ತಾನೇ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಲು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಇರುತ್ತದೆ.

ಪಂಚಾಯಿತಿ ಹಾಗೂ ರಾಜ್ಯದ ನಡುವೆ ಹಣಕಾಸಿನ ಹಂಚಿಕೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವರ್ಷದೊಳಗಾಗಿ ಹಣಕಾಸಿನ ನಿಗಮವನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಅನಂತರ 5 ವರ್ಷಗಳಿಗೊಮ್ಮೆ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಹಣಕಾಸಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಪರಾಮರ್ಶೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

1992 ರ ಸಂವಿಧಾನ ಕಾಯಿದೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ, ರಾಜ್ಯಗಳು ತಮ್ಮ ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್ ಕಾಯಿದೆಗಳನ್ನು ಏಪ್ರಿಲ್ 24, 1994 ಒಳಗಾಗಿ ಬದಲಾವಣೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರದ ಯೋಜನೆಗಳು

ಪಂಚಾಯತ್ ರಾಜ್

- ಗ್ರಾಮಸಭೆಗೆ ಮುಖ್ಯವಾದ ನಿರ್ಧಾರಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ನೀಡಿದೆ.
- ಜವಾಹರ್ ಗ್ರಾಮ ಸಂವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆ.
- ಸಾಂಸ್ತಿಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಮೂಲಕ ಹಳ್ಳಿಯ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಗೆ ನೀಡಿದೆ.

ಸ್ವರ್ಣ ಜಯಂತಿ ಗ್ರಾಮ ಸ್ವರೋಜ್ ಗಾರ್ ಯೋಜನೆ

- ಗ್ರಾಮೀಣ ನಿರುದ್ಯೋಗಿಗಳಿಗೆ ಕೂಲಿ ಉದ್ಯೋಗ ನೀಡುವ ಯೋಜನೆ

ಗ್ರಾಮೀಣ ನೀರು ಸರಬರಾಜು ಯೋಜನೆ

- ಎಲ್ಲಾ ಹಳ್ಳಿಗಳಿಗೂ ಶುದ್ಧವಾದ ಹಾಗೂ ನಿರಂತರವಾದ ಕುಡಿಯುವ ನೀರನ್ನು ಒದಗಿಸುವ ಯೋಜನೆ.

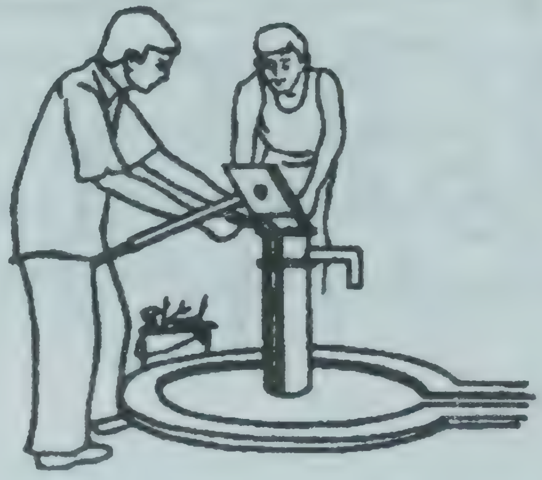
ಇಂದಿರಾ ಆವಾಸ್ ಯೋಜನೆ

- ಗ್ರಾಮೀಣ ವಸತಿ ಹೀನರಿಗೆ ಬಡಜನರಿಗೆ ವಸತಿ ಸೌಲಭ್ಯ ಕಟ್ಟಿಸಿಕೊಡುವ ಯೋಜನೆ.

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ನೆರವು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು

ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಹೆರಿಗೆ ಸಹಾಯ ಯೋಜನೆ

- 19 ವರ್ಷಗಳನ್ನು ದಾಟಿದ ಬಡ ಮಹಿಳೆಯರಿಗಾಗಿ ಪ್ರತಿ ಹೆರಿಗೆಗೆ 500.00 ರೂ. ಕೊಡುವ ಯೋಜನೆ. ಈ ಯೋಜನೆ ಪ್ರಥಮ 2 ಜೀವಂತ ಮಕ್ಕಳ ಹೆರಿಗೆಗೆ ಮಾತ್ರ
- 46 ಲಕ್ಷ ಮಹಿಳೆಯರು ಇದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ.
- ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನೆ
- ಕುಟುಂಬ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಯಜಮಾನನ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ / ಅಪಘಾತ ಮರಣ ಹೊಂದಿದ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಧನ ನೀಡುವುದು.
- 18 ರಿಂದ 64 ವಯೋಮಾನದವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಈ ಸೌಲಭ್ಯವಿರುತ್ತದೆ.



ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಪಿಂಚಣಿ ಯೋಜನೆ

- 65 ವರ್ಷ ವಯಸ್ಸಿನ ಮೇಲ್ಪಟ್ಟ ನಿರಾಶ್ರಿತರಿಗೆ 75 ರೂ. ತಿಂಗಳಿಗೆ. ಇದುವರೆಗೆ 53 ಲಕ್ಷ ಜನರು ಇದರ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಕೇಂದ್ರ ಗ್ರಾಮೀಣ ಯೋಜನೆ

- ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ನೈರ್ಮಲೀಕರಣಗೊಳಿಸುವುದು.

ಬರಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಯೋಜನೆ

- ಬರಪೀಡಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಗೆ ನೀರಾವರಿ ಕಲ್ಪಿಸುವ ನಿರ್ವಹಣಾ ಯೋಜನೆ.

ಮರುಭೂಮಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆ

- ಬಂದರು ಪ್ರದೇಶ ನಿಗ್ರಹಣೆ ಮತ್ತು ಸಸ್ಯ ಪ್ರಾಣಿ ಜೀವನ ರೀತಿಗೆ ಅನುಕೂಲ ಸನ್ನಿವೇಶ ಕಲ್ಪಿಸುವುದು.

ಬಂಜರು ಭೂಮಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಯೋಜನೆ

- ಪಾಳು ಭೂಮಿಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸುವುದು, ಕಾಡು ಬೆಳೆಸುವುದು, ಹುಲ್ಲುಗಾವಲು ಮತ್ತು ತೋಟಗಾರಿಕೆಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ

ಭೂ ಸುಧಾರಣೆಗಳು

- ಸಮಾನತಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ರಚನೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಭೂ ಸುಧಾರಣೆಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದು.

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳು

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳು

ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಗ್ರಾಮದ ಬಡಜನತೆ ಜಂಟಿ ಕಾರ್ಯಾಚರಣೆಯ ಮೂಲಕ ಬದಲಾಯಿಸಬಹುದು. ಈಗಾಗಲೇ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಜಂಟಿ ಕಾರ್ಯಚರಣೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಫಲರಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಆರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಭೌಗೋಳಿಕವಾಗಿ ಬಡವರಾಗಿರುವುದನ್ನು ಸೇರಿಸಿಕೊಂಡು ಗ್ರಾಮ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ರಚಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

ಗ್ರಾಮದ ಬಡಜನರ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಬವಣೆ, ವ್ಯಾಪನಗಳನ್ನು ಅರ್ಥೈಸಿಕೊಂಡ ನಂತರವೇ ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಬೇಕು. ಈ ಸಮಿತಿಯು ಬಡಜನರ ಅನಾರೋಗ್ಯ ಬವಣೆ, ರೋಗ ವ್ಯಾಪನೆ, ಪ್ರಾಣನಷ್ಟತೆಗಳ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅವುಗಳ ನಿರ್ಮೂಲನಕ್ಕೆ ಸಾಮೂಹಿಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರತಿ ಸಮುದಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾದ ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ರಚಿಸುವುದು ತುಂಬಾ ಕಷ್ಟಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೂ ಹಲವಾರು ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಸಮಿತಿ ಸಕ್ರೀಯವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಪ್ರೇರೇಪಿಸಬಹುದಾದರೂ ಸಮಿತಿಯ ಕಾರ್ಯವಿಧಾನ, ಸದಸ್ಯತ್ವ ಗುರಿ ಮತ್ತು ಉದ್ದೇಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸದಸ್ಯತ್ವ:

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯು ಎಲ್ಲಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಒಳಗೊಂಡಿದ್ದರೂ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ ಮತ್ತು ಚೊಕ್ಕದಾಗಿ ಇರಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ 20 ಜನರು ಸದಸ್ಯರಿರುವಂತೆ ರಚಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಈ ಸಮಿತಿಯಲ್ಲಿ ಕಡು ಬಡಕುಟುಂಬಗಳು ಸದಸ್ಯರಾಗಿರಬೇಕು. ಶೇ. 50ರಷ್ಟು ಮಹಿಳೆಯರು, ಶೇ. 50 ರಷ್ಟು ಪರಿಶಿಷ್ಟ ಜಾತಿ ಪರಿಶಿಷ್ಟ ಪಂಗಡ ಅಥವಾ ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿರುವ ಅಲ್ಪ ಸಂಖ್ಯಾತರು ಇರಬೇಕು ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ಶಾಲಾಶಿಕ್ಷಕರು, ಅಂಗನವಾಡಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು, ವಿವಿದೋದ್ದೇಶ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರು ದಾಯಿ ಇರಬೇಕು. ಇವರು 1/3 ಭಾಗಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಇರಬಾರದು. ಸಮಿತಿಯ ಸಂಚಾಲಕರಾಗಿ ಗ್ರಾಮದ ಮುಖಂಡರು ಅಥವಾ ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತಿ ಸದಸ್ಯರು ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು. ಸಮಿತಿಯು ಗ್ರಾಮದ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ನಿವಾರಣೆ ಮಾಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೂ ಮುಂದಾಳತ್ವವು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸಿಗುವಂತೆ ಬದಲಾವಣೆಗೆ ಒಳಪಡಬೇಕು.

ಪ್ರತಿ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿ ಎಷ್ಟು ಚಿಕ್ಕದಾದರೂ ಇರಲಿ ಕನಿಷ್ಟ ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳೆ ಮತ್ತು ಒಬ್ಬರು ಬಡ ಕುಟುಂಬದಿಂದ ಬಂದವರಾಗಿರಬೇಕು.

COMH 321
06394

ಗುರಿಗಳು

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯು ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

- ಶುದ್ಧ ಕುಡಿಯುವ ನೀರು ನೈರ್ಮಲೀಕರಣ ಒದಗಿಸುವುದು.
- ಶೇಕಡ 100 ರಷ್ಟು ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚುಚ್ಚು ಮದ್ದು ನೀಡುವುದು. ಜೊತೆಗೆ ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಹಾಗೂ ಬಾಣಂತಿಯರ ಆರೈಕೆ.
- ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳ ಸೇವೆಗಳಾದ ಸಣ್ಣ ಪುಟ್ಟ ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಕಾ?ಇಲೆಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುವುದು.
- ಶೇಕಡ 100 ರಷ್ಟು ಶಾಲಾ ದಾಖಲಾತಿ ಮತ್ತು ಹಾಜರಾತಿ
- ಸರ್ಕಾರದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವಾ ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು.
- ಗ್ರಾಮದ ಆರೋಗ್ಯ ಸುಧಾರಣೆಗಾಗಿ ಸಮುದಾಯ ಭಾಗವಹಿಸುವಂತ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ದಿಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಅಳವಡಿಸುವುದು.
- ಕಾಲ ಗಣನೆಯ ಮಿತಿಯಲ್ಲಿ ನಿರ್ಧಿಷ್ಟ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು.

ಉದ್ದೇಶಗಳು

ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರು ಮತ್ತು ಗ್ರಾಮ ಪಂಚಾಯಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಗ್ರಾಮದ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೊಳಿಸುವುದು ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಉಸ್ತುವಾರಿ ನೋಡುವುದು. ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಕೆಲಸಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಸಲಹೆ ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ಉಸ್ತುವಾರಿ ನೋಡುವುದು. ಲಭ್ಯವಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳು ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸೂಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಗ್ರಾಮದ ಆರೋಗ್ಯದ ಯೋಜನೆಯ ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕಾಗಿ ಭೌತಿಕ ಸಂಪನ್ಮೂಲ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಕ್ರೂಢೀಕರಿಸುವುದು.

ಸಮಿತಿಯ ಕಾರ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಸ್ಥಳೀಯವಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯವೇ ಪಿ.ಆರ್.ಎ. ನಿಂದ ಕಂಡುಬಂದ ಮತ್ತು ಹೊರಬಂದ ಅಂಶಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಲಭ್ಯತೆಯ ಮೇಲೆ ನಿರ್ಧರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಸಮಿತಿಯು ಮೊದಲು ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡು ಸಫಲವಾದ ಮೇಲೆ ತನ್ನ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಈ ಕೆಳಗೆ ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯು ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ಉದಾಹರಣೆ ನೀಡಲಾಗಿದೆ.

ಸಭೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿ ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯ ನಿಯತವಾಗಿ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿ ನಡೆಸುತ್ತವೆ. ಕನಿಷ್ಠ ಪ್ರತಿ ಮಾಹೆಗೊಮ್ಮೆ ಸಭೆ ನಡೆಸಬೇಕು.

ಸಮಿತಿಯು ನಿಗಧಿತ ದಿನಾಂಕ ಸ್ಥಳ ಮತ್ತು ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಸಭೆ ಸೇರುವಂತಾಗಬೇಕು. ಮಾಸಿಕ, ತ್ರೈಮಾಸಿಕವಾಗಿ ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಆಧ್ಯೇತಾ ಮೇರೆಗೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು. ಇವುಗಳನ್ನು ಸಭೆಯು ಉಸ್ತುವಾರಿ ಮಾಡಿ ಪ್ರಗತಿಯನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಬಡಕುಟುಂಬಗಳ ಆರೋಗ್ಯದ ಕಡೆ ನಿಗಾವಹಿಸಬೇಕು. ಸಾಂಸ್ಕೃತಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು, ಜಾತ್ರೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು.

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ ಮತ್ತು ಬೆಂಬಲ

ಸಮಿತಿಯು ಗ್ರಾಮದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ ಕಟ್ಟಲು ಸಹಕರಿಸಬೇಕು. ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರದ ದುರಸ್ತಿ ಉಸ್ತುವಾರಿ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಸಮಿತಿಯು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಸಮಿತಿಯು ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಔಷಧಾಲಯ ತೆರೆಯಲು ಸಹಕರಿಸಬೇಕು. ರೋಗಿಗಳ ನೋಂದಣಿ ಮಕ್ಕಳ ತೂಕ ಪರಿಶೀಲನೆ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ನೀಡಿ ಬೆಂಬಲಿಸಬೇಕು. ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು, ಕ್ಷಯರೋಗಿಗಳು ಮತ್ತು ಇತರರಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಲು ಮತ್ತು ಮಹಿಳೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿವಿದೋದ್ದೇಶ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಬೇಕು.

ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ

ಸಮಿತಿ ಸದಸ್ಯರು ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಚಾರಪಡಿಸುವುದು ಮತ್ತು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವುದು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಕರೆತರುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರಿಗೆ ಸಹಕರಿಸುವುದು.

ಸಮುದಾಯ ಸಮೀಕ್ಷೆ

ಸಮಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರು ಶೇಕಡಾ 100 ರಷ್ಟು ಮನೆ ಸಮೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು, ಬಡತನ ರೇಖೆಗಿಂತ ಕೆಳಗಿರುವವರನ್ನು ಗುರುತಿರುಸುವುದು ಮತ್ತು ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಮನಗಾಣವುದು. ಸಮೀಕ್ಷೆಗೆ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಮಾಹಿತಿ ಒದಗಿಸುವುದು.

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು

ಸಮಿತಿಯು ಇಂಗು ಬಚ್ಚಲು ಶೌಚಾಲಯ ನಿರ್ಮಾಣ ಮಾಡಲು ಸಹಕರಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಬಾವಿಗಳು, ಕೊಳವೆ ಬಾವಿಗಳು ನೀರಿನ ಶೇಖರಣೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸಲು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಸಹಕರಿಸುವುದು.

ಸರ್ಕಾರ ಮತ್ತು ಸರ್ಕಾರೇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಸಂಬಂಧ

ಸಮಿತಿಯ ಗ್ರಾಮದ ಬಡವರಿಗಾಗಿ ಸರ್ಕಾರದ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾಗಿ ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಯೋಚಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಸರ್ಕಾರ ಮತ್ತು ಸರ್ಕಾರೇತರ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಂದ ಧನ ಸಹಾಯ, ನೆರವನ್ನು ಪಡೆದು ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸುವುದು.

ಸಮುದಾಯದ ಕಾರ್ಯ :

ಸಮಿತಿ ವ್ಯವಸ್ಥಿತವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆ ತಯಾರಿ ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಅನುಷ್ಠಾನಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ರಮಿಸುವುದು ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ರೀತಿಯಲ್ಲಿರುವ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲು ತಿಳಿಸುವುದು (ಉದಾ : ಅನಾವಶ್ಯಕ ವೆಚ್ಚಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮದ್ಯಪಾನ ಇತ್ಯಾದಿ)

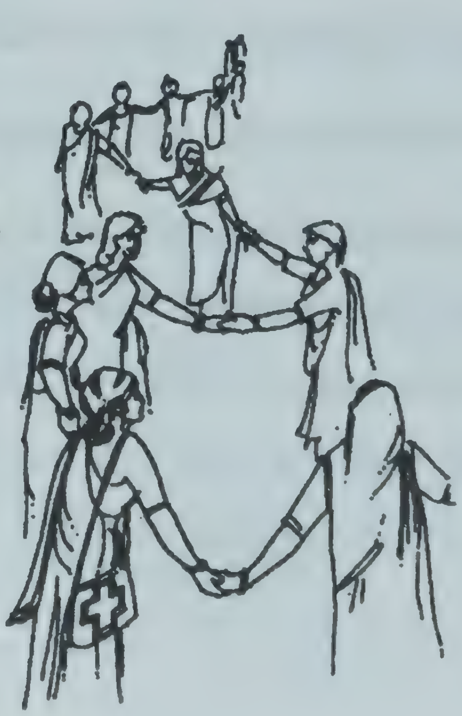
ಆರ್ಥಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆ

ಆರ್ಥಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಸಮಿತಿಯು ತಕ್ಷಣವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಇಲ್ಲ. ಮೊದಲು ಸಮಿತಯು ಬದ್ರನಾಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಪರಸ್ಪರ ನಂಬಿಕೆ ಬರಬೇಕು ಮತ್ತು ಇತರ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ ಅನುಭವ ಗಳಿಸಬೇಕು ಮತ್ತು ಸದಸ್ಯರೇ ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡಿ ಹಣವನ್ನು ಅವಶ್ಯಕ ಇರುವವರಿಗೆ ಸಾಲ ನೀಡಬೇಕು. ಇದನ್ನು ತುರ್ತಾಗಿ ಬೇಕಾದ ಕಾಲದ್ದಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ನೀಡಬೇಕು. ಯಾರಾದರೂ ಮೃತರಾದಾಗ ಕುಟುಂಬ ಆರ್ಥಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಗಾಗಿ ನೀಡುವುದು ಸೂಕ್ತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಉದಾ. ಹೊಲಿಗೆ ಯಂತ್ರ ಕೊಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಕೃಷಿಗಾಗಿ ಬೀಜ ಮತ್ತು ಗೊಬ್ಬರ ಕೊಳ್ಳಲು.

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯಿಂದಾಗುವ ಅನುಕೂಲಗಳು

ಕೆಲವು ಯೋಜನೆಗಳಲ್ಲಿ ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿವೆ. ಕೆಲವು ಕಡೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಿಲ್ಲ.

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯ ಅನುಕೂಲಗಳು



1. ಜನರ ಸಂಘಟನೆ ಆದುದರಿಂದ ಸಮುದಾಯವೇ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಆರಿಸುತ್ತದೆ.
2. ಅವರು ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಬಂಧಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನೂ ನಡೆಸುತ್ತದೆ.
3. ಸರ್ಕಾರದ ಮಾನ್ಯತೆ ದೊರಕುವುದು.
4. ಸಮುದಾಯ ಪ್ರಜಾಪ್ರಭುತ್ವವನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು

ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದಾದ ಜಾಗರೂಕತೆ

ಅ. ಸದಸ್ಯರು ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿಡಬೇಕು ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿಷಯಗಳು ಸಂಘಟನೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಸ್ತಾವಿಸಬಾರದು.

ಆ. ಸಮಿತಿಯು ಚಿಕ್ಕದಾದರೂ ಉತ್ಸಾಹವಿತವಾಗಿರಬೇಕು. ಕೆಲಸದಲ್ಲಿ ನಿಧಾನವಾಗಬಾರದು.

ಇ. ಸಮಿತಿಯು ರಾಜಕೀಯ ಕ್ಷುಲ್ಲಕಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ಸಭೆಗಳು ಅಧಿಕಾರಕ್ಕೆ ಆಗುವ ಜಗಳ ಕಚ್ಚಾಟಗಳಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು/ ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು.

ಈ ಎಲ್ಲಾ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸಮಿತಿಯ ಸದಸ್ಯರಿಗೆ ಸರಿಯಾದ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ತೊಡೆದು ಹಾಕಬಹುದು.

ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಯು ಬರೀ ಆರೋಗ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಾಗ ಹೆಚ್ಚು ಸಫಲತೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಎಲ್ಲಿ ಸಮುದಾಯ ಹಾಗೂ ಸರ್ಕಾರದ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಅನುಕೂಲಗಳು ದೊರೆಯುವುದೋ ಆಗ ಸಮಿತಿಯ ರಚನೆ ಸುಲಭ ಹಾಗೂ ನಿರಂತರ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆ ಆಗುವುದು. ಸಮಿತಿ ರಚನೆ ಆದ ಮೇಲೆ ಸದಸ್ಯರು ಸಾಮಾನ್ಯ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸುವುದರ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಕ್ರಿಯಾ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು.

ತತ್‌ಕ್ಷಣ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಿದ ನಂತರ ಶಸಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸುವ ಹೊಸ ಹಾಗೂ ದೀರ್ಘವಾಧಿ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳುವುದು.

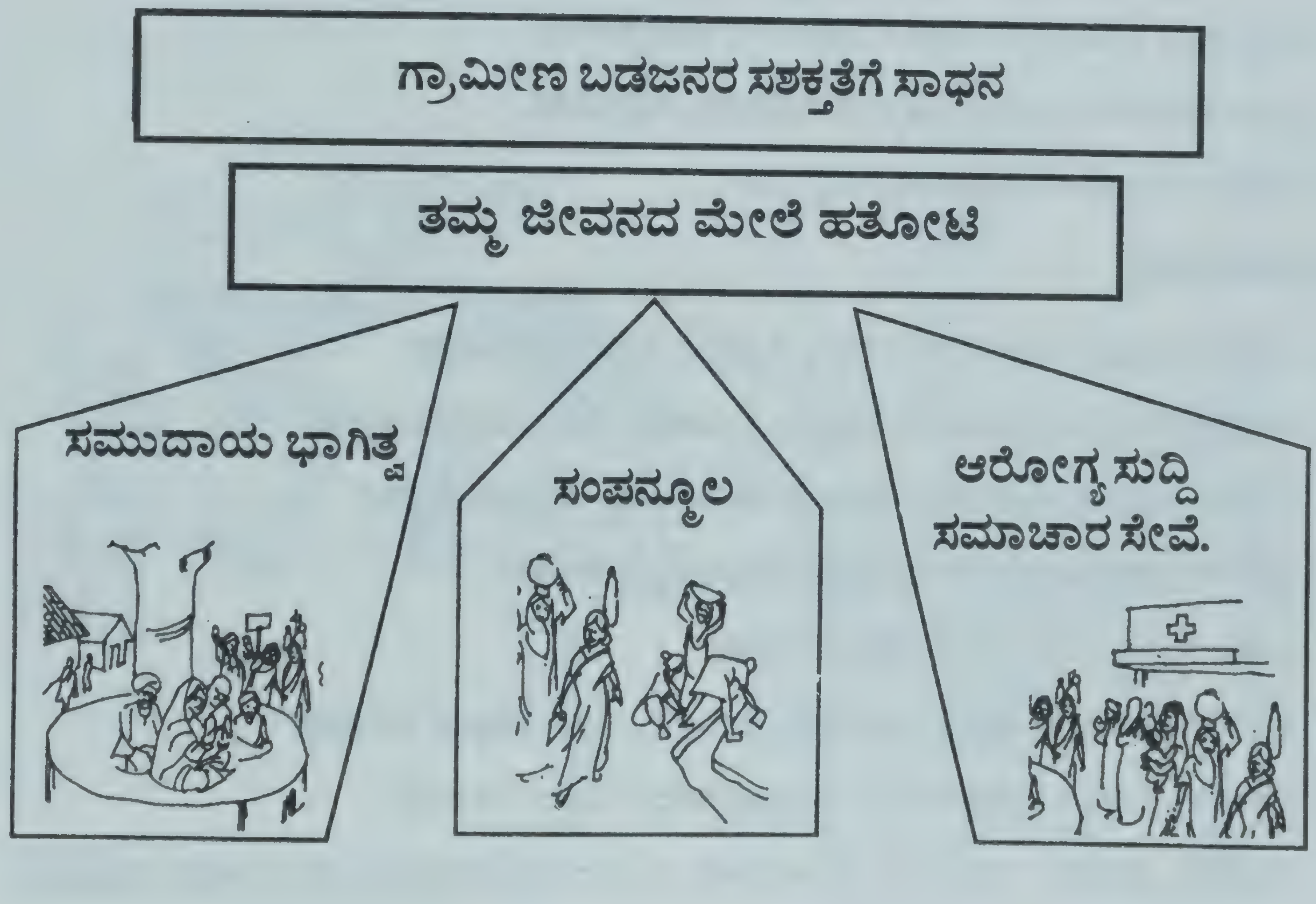
ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಆರೋಗ್ಯ ತಂಡಗಳ ರಚನೆ

ಸಮುದಾಯದ ಈ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ತಂಡಗಳು ಗುಂಪು ಹಾಗೂ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮಧ್ಯಸ್ಥಿಕೆಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಪಾಲನೆ ಸೇವೆಗಳ ಯೋಜನೆಯಲ್ಲಿ ಎದುರಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಯತ್ನಿಸಬೇಕು. ಕಾರ್ಯದ ವಿಧಾನಗಳು ಹಾಗೂ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ಚಟುವಟಿಕೆಗೆ ಇಂತಹ ತಂಡಗಳಿಂದ ಸುಗಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಮುದಾಯದ ಭಾಗಿತ್ವ ಹಾಗೂ ತಂಡದ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುವ ಅಡಚಣೆಗಳು ವಿಧಾನಗಳು ಇವುಗಳನ್ನು ತಂಡದ ಸದಸ್ಯರು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತಹರಾಗುತ್ತಾರೆ.

ಸಶಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸುವ ಕಾರ್ಯ :

ಗ್ರಾಮೀಣ ತಾಲ್ಲೂಕು ಹಾಗೂ ಜಿಲ್ಲಾ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಆಗುವಂತೆ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸಿದಾಗ ಸಶಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸುವ ಕಾರ್ಯವು ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಆರೋಗ್ಯ ತಂಡಗಳು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳ ಮೂಲಕ ಬಡ ಕುಟುಂಬಗಳಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಸುವುದನ್ನು ಎಷ್ಟು ಉತ್ತಮ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಧಿಸಬಹುದೆಂದು ತಿಳಿಯಬಹುದು.

ನಿರಂತರ ಚರ್ಚೆ ಹಾಗೂ ಹೊಸ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಹುರುಪು ತುಂಬುವುದರೊಂದಿಗೆ ಹೊಸ ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಲ್ಲಿ ಸಶಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸಬಹುದು. ನಿಜವಾದ ಸಶಕ್ತತೆಗೆ ನಿರಂತರ ಸಹಕಾರ ಗುಂಪು ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಬಹಳ ಅವಶ್ಯಕ ಸಶಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸಿದ ನಂತರ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಸರ್ಕಾರ ಸರ್ಕಾರೇತರ ಸೇವೆಗಳಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ತರಲು ಪ್ರಯತ್ನ ಮಾಡಬಹುದು.



ಸಮುದಾಯದ ಹಂತದಲ್ಲಿ

- ಲಭ್ಯವಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಪ್ರಜ್ಞೆ ಮತ್ತು ತಿಳುವಳಿಕೆ
- ಸ್ವಸಹಾಯ ಗುಂಪುಗಳು, ಸಮಿತಿಗಳು ಮತ್ತು ಒತ್ತಡ ಗುಂಪುಗಳನ್ನು ರಚಿಸುವ ಪ್ರಯತ್ನ
- ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳು ಅತಿ ಬಡವರಿಗೂ ತಲುಪುವಂತೆ ಗ್ರಾಮ ಸಭೆಗಳು ಹಾಗೂ ಸಮುದಾಯ ನಾಯಕರುಗಳು ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕು.
- ಅನಗತ್ಯ ತೊಂದರೆ ನಿವಾರಣೆ ಸಮಯೋಜಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಲಭ್ಯತೆಗಳು ಅತಿ ಬಡವರಿಗೆ ಸಿಗುವ ಪ್ರಯತ್ನಗಳಾಗಬೇಕು.
- ಜಾತಿ ಮತ್ತು ಆರ್ಥಿಕ ಅಸಮಾನತ್ಯಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವಲ್ಲಿ ಬೇಕಾಗುವ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆಯ ತಿಳುವಳಿಕೆ ನೀಡಬೇಕು.
- ಅನಾರೋಗ್ಯವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿನ ಪ್ರಯತ್ನಗಳನ್ನು ವಿಸ್ತರಿಸಬೇಕು.
- ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಮೇಲಿನ ಖರ್ಚು ಮತ್ತು ಸಾಲದ ಹೊರೆಗಳು ಕಡಿಮೆಯಾಗಬೇಕು.
- ಲಭ್ಯವಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಉಪಯುಕ್ತತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಬೇಕು.
- ಇತರ ಸೇವೆಗಳು ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲದಿದ್ದಾಗ ಬೇಡಿಕೆಗಳನ್ನು ಸಲ್ಲಿಸಬೇಕು.
- ಸೇವೆಗಳ ಲಭ್ಯತೆಗೆ ಸಕಲ ಪ್ರಯತ್ನ.

ಸರ್ಕಾರಿ ಹಂತದಲ್ಲಿ

- ಜನರಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಯನ್ನು ಕೊಡುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವುದು.
- ಸಮುದಾಯದ ಅತಿ ಬಡವರಿಗೂ ಉತ್ತಮ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಸುವ ಸುಧಾರಣೆ
- ಬಡ ಕುಟುಂಬಗಳ ಜೊತೆ ಸಮುದಾಯದ ಸಂಬಂಧವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಕಾರ್ಯ
- ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳು ಜನರ ಅವಶ್ಯಕತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ತಿಳುವಳಿಕೆ
- ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯ ನಡುವೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಸಹಕಾರ
- ಸೇವೆಗಳು ತಲುಪಿರದ ಗ್ರಾಮ, ಜನಸಂಖ್ಯೆ, ಜಾತಿಗಳು, ರಚನೆ ಇವುಗಳ ತಿಳುವಳಿಕೆ
- ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಸ್ಪಷ್ಟತೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿದ್ದರೆ ಅದರ ತಿಳುವಳಿಕೆ
- ಸುರಕ್ಷಣಾ ಹೆರಿಗೆಯ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವವರ ಮೌಲ್ಯಗಳು ಮತ್ತು ಅದರ ಪಾತ್ರವನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು.
- ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆ ಹೆಚ್ಚು ತಲುಪುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯು ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು.
- ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚು ನೀಡುವುದು.
- ಸಮುದಾಯ ಆಧಾರಿತ ಗುಂಪುಗಳ ಜೊತೆ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸುವುದು (ಗ್ರಾಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಿತಿ, ಗ್ರಾಮಸಭೆ, ಮಹಿಳಾ ಮುಖಂಡರು)

ಸರ್ಕಾರ ಸರ್ಕಾರೇತರ ಸಹಕಾರದ ವಿಸ್ತರಣೆ

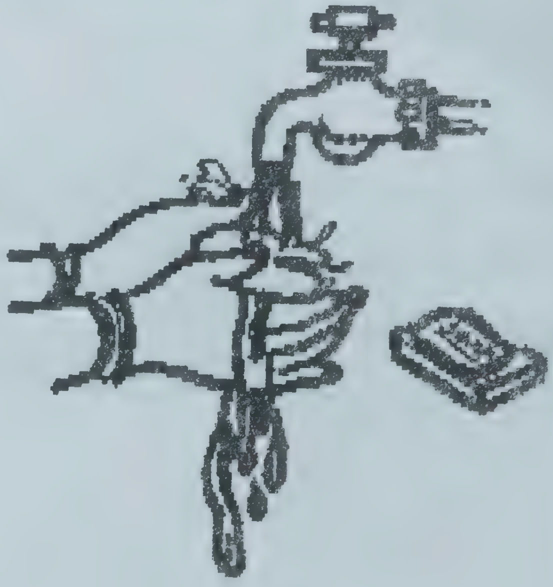
ಸರ್ಕಾರ ಸರ್ಕಾರೇತರ ಘಟಕಗಳ ನಡುವೆ ಇರುವ ಸೇವೆಗಳ ಸಹಕಾರವು ಗ್ರಾಮೀಣ ಬಡ ಜನರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಸುವಲ್ಲಿ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಪ್ರಯತ್ನ ಇದಾಗಿದೆ.

- ಸಮುದಾಯ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಇಚ್ಛೆ
- ಉತ್ತಮ ಗುಣಮಟ್ಟದ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆಗೆ ತಲುಪುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಪ್ರಾರಂಭಗಳು
- ಯಾರಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಅವಶ್ಯಕವೂ ಅವರಿಗೆ ತಲುಪದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಗುರಿಯನ್ನು ಒಪ್ಪುವುದು.
- ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಈ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸುವ ಕೌಶಲ್ಯವನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದು.
- ಸಾಮಾನ್ಯ ಗುರಿಗಳನ್ನು ಸಾಧಿಸಲು ಸಮುದಾಯ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಜಂಟಿ ವಿಸ್ತರಣೆ.
- ಈ ವಿಧಾನವು ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ದೃಢವಾಗಿ ಮತ್ತು ಆತ್ಮ ಸ್ಥೈರ್ಯದಿಂದ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

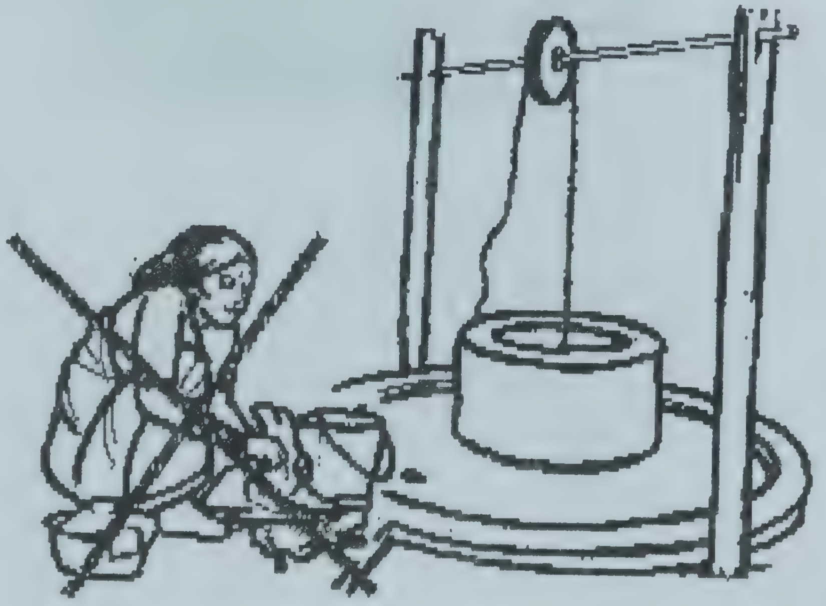
ಸಾಮಾನ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ನೀರು ಮತ್ತು ವಾತಾವರಣ



1. ಆಹಾರವನ್ನು ಮುಟ್ಟುವ ಮೊದಲು ಸೋಪಿನಿಂದ ಕೈಕಾಲು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಿ



2. ನೀರಿನ ಮಲಿನತೆ ತಪ್ಪಿಸಿ, ಮಲಿನ ನೀರು ಭಯಂಕರ ರೋಗಗಳಾದ ಅತಿಸಾರ, ಕಾಲರಾ, ಟೈಫಾಯಿಡ್ ಕಾಮಾಲೆ ರೋಗಗಳನ್ನು ತರುತ್ತದೆ. ನೀರಿರುವ ಮೂಲಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದು, ಬಟ್ಟೆ ಒಗೆಯುವುದು ಕಸ ಹಾಕುವುದು ಬೇಡಿ.

3. ಆಹಾರವನ್ನು ಧೂಳಿನಿಂದ ಹಾಗೂ ನೊಣಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿ ಕಾಯಿಲೆ ತಡೆಗಟ್ಟಿ, ಆಗ ತಾನೇ ತಯಾರಿಸಿ ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟ ಆಹಾರವನ್ನು ಊಟ ಮಾಡಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ನೀರು ಮತ್ತು ವಾತಾವರಣ

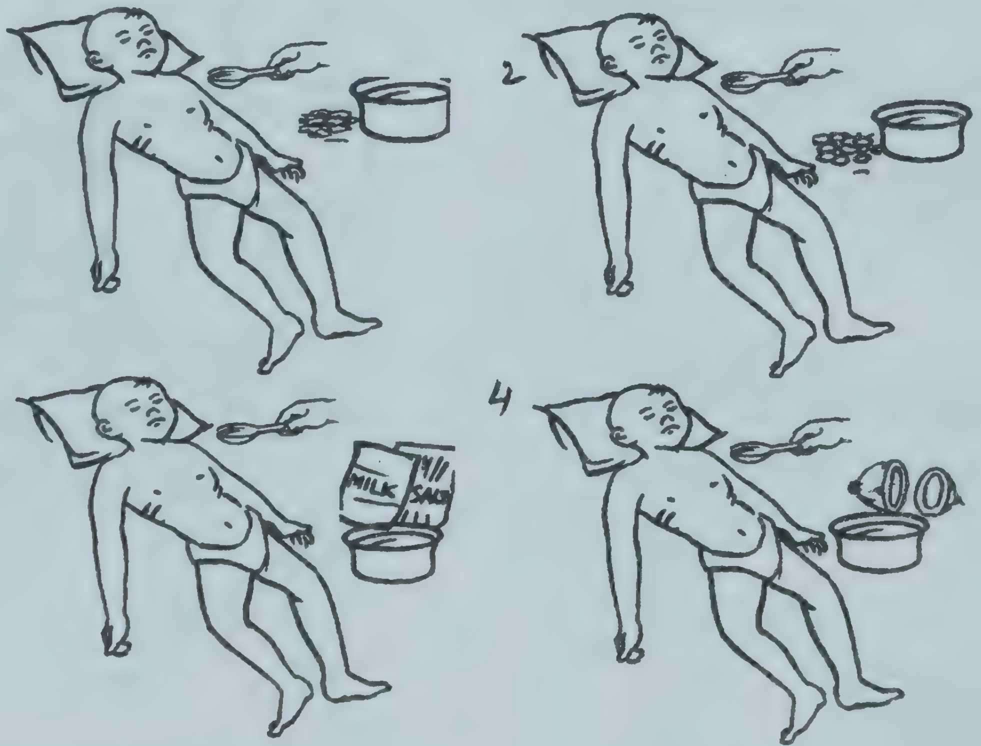
4. ಕಸವನ್ನು ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಬಿಸಾಡಬೇಡಿ. ಮನೆಯ ತ್ಯಾಜ್ಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಹೂಳುವುದರಿಂದ ಅನಾರೋಗ್ಯ ತಡೆಗಟ್ಟಿ.

5. ಸ್ವಚ್ಛ ವಾತಾವರಣವು ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡುವುದಲ್ಲದೇ ರೋಗಗಳನ್ನು ದೂರವಿಡುತ್ತದೆ. ಆದರಿಂದ ಪರಿಸರವನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿಡಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಅತಿಸಾರ

1. ಅತಿಸಾರ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಮಗುವಿಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ದ್ರವ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ಕೊಡುವುದು ಅತಿ ಅವಶ್ಯಕ. ಓ.ಆರ್.ಎಸ್. ಅಥವಾ ಮನೆಯಲ್ಲೇ ತಯಾರಾದ ಅಕ್ಕಿ ಗಂಜಿ, ಮಜ್ಜಿಗೆ, ಚಹಾ, ನಿಂಬೆ ರಸ ಅಥವಾ ಎಳನೀರು ಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿ ಕೊಡಿ. ಇವುಗಳು ನಷ್ಟವಾದ ನೀರಿನಾಂಶವನ್ನು ದೇಹಕ್ಕೆ ಸಕಾಲದಲ್ಲಿ ತುಂಬುವ ಉತ್ತಮವಾದ ಕ್ರಮ.

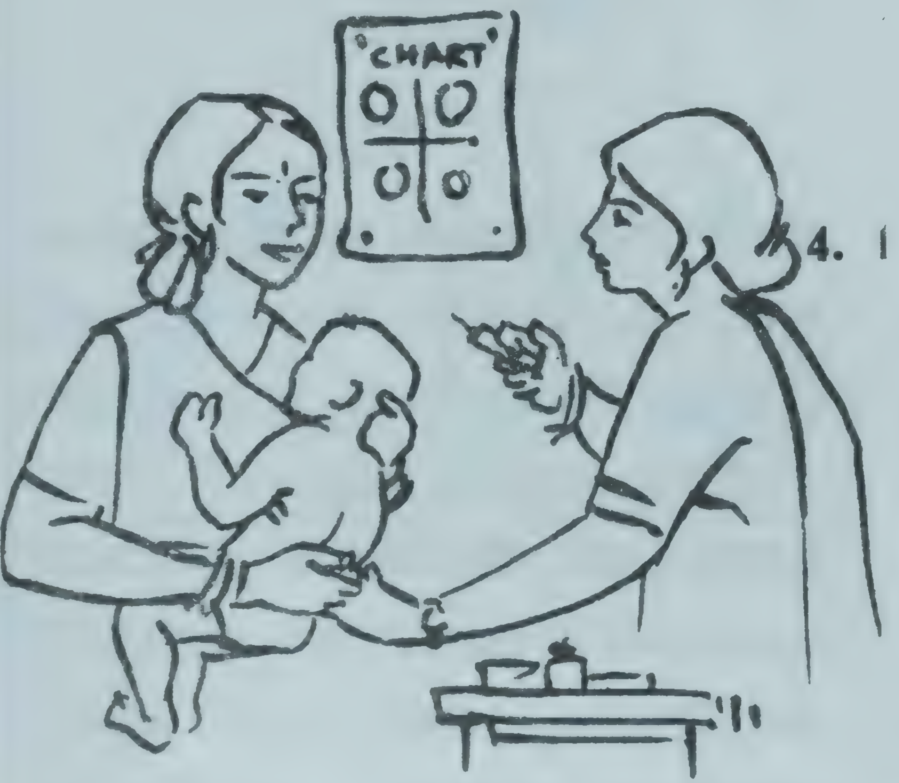


2. ಅತಿಸಾರವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ತಾಯಿ ಹಾಲು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆಹಾರ. ತಾಯಿ ಹಾಲನ್ನು ಮಗುವಿಗೆ ಬೇಕಾದಾಗೆಲ್ಲಾ ನೀಡಿ. ಅತಿಸಾರ ಬೇದಿಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಎದೆ ಹಾಲು ಕೊಡುವುದನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ. ತಾಯಿಯ ಹಾಲು ಉತ್ತಮ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಅತಿಸಾರವನ್ನು ಮತ್ತು ನೀರು ಹಾಗೂ ಲವಣಾಂಶ ಕಡಿಮೆ ಆಗುವುದನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುತ್ತದೆ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಅತಿಸಾರ

3. ಅತಿಸಾರದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಮಗುವಿಗೆ ಆಹಾರ ಅಗತ್ಯ. ಆಗಾಗ್ಗೆ ಲಘುಆಹಾರಗಳಿಂದ ಕಿಚಡಿ, ಕಿವುಚಿದ ಬಾಳೆಹಣ್ಣು, ಮೊಸರನ್ನ ಇವುಗಳನ್ನು ಅವಶ್ಯವಾಗಿ ಕೊಡಿ.



4. ದಡಾರ ರೋಗದ ವಿರುದ್ಧ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ನೀಡುವುದರಿಂದ ಅತಿಸಾರವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಇದಲ್ಲದೆ, ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ಕೊಡುವುದರಿಂದ, ಆಹಾರವನ್ನು ಮುಟ್ಟುವ, ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮುನ್ನ ಕೈಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದಲೂ ಅತಿಸಾರವನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಉತ್ತಮ ಪೌಷ್ಠಿಕತೆಯ 7 ತತ್ವಗಳು

1. ಗರ್ಭಿಣಿ ಮಹಿಳೆಗೆ ಉತ್ತಮ ಪೌಷ್ಠಿಕ ಆಹಾರ ಕೊಡಿ

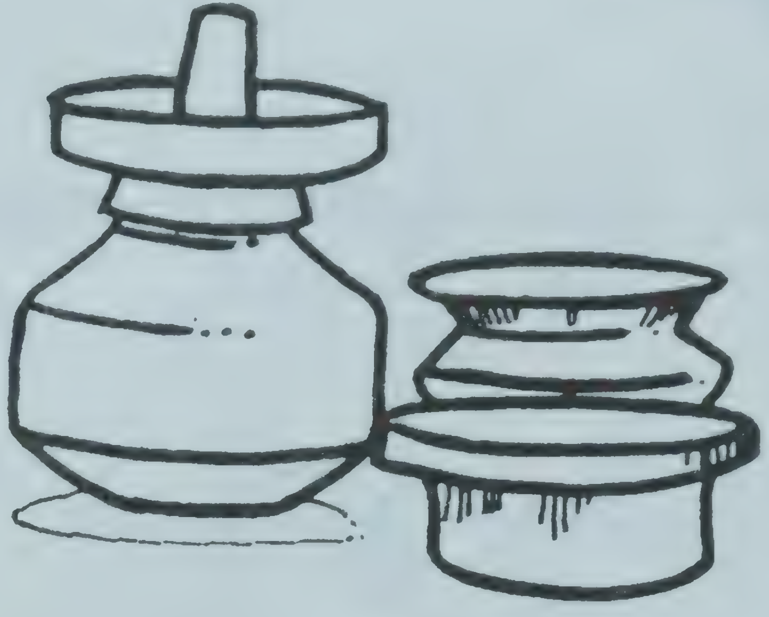
2. ಎದೆ ಹಾಲು ಎಳೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಆಹಾರ ಯಾವಾಗಲೂ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನೇ ಕೊಡಿ.

3. ನಾಲ್ಕು ಮತ್ತು ಆರು ತಿಂಗಳಿನ ಮಧ್ಯೆ ಮಗುವಿಗೆ ಎದೆ ಹಾಲಿನ ಜೊತೆ ಇತರೆ ಆಹಾರವನ್ನು ಕೊಡಿ.

4. ಮಗುವಿಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದರೂ ಆಹಾರ ಕೊಡಿ.

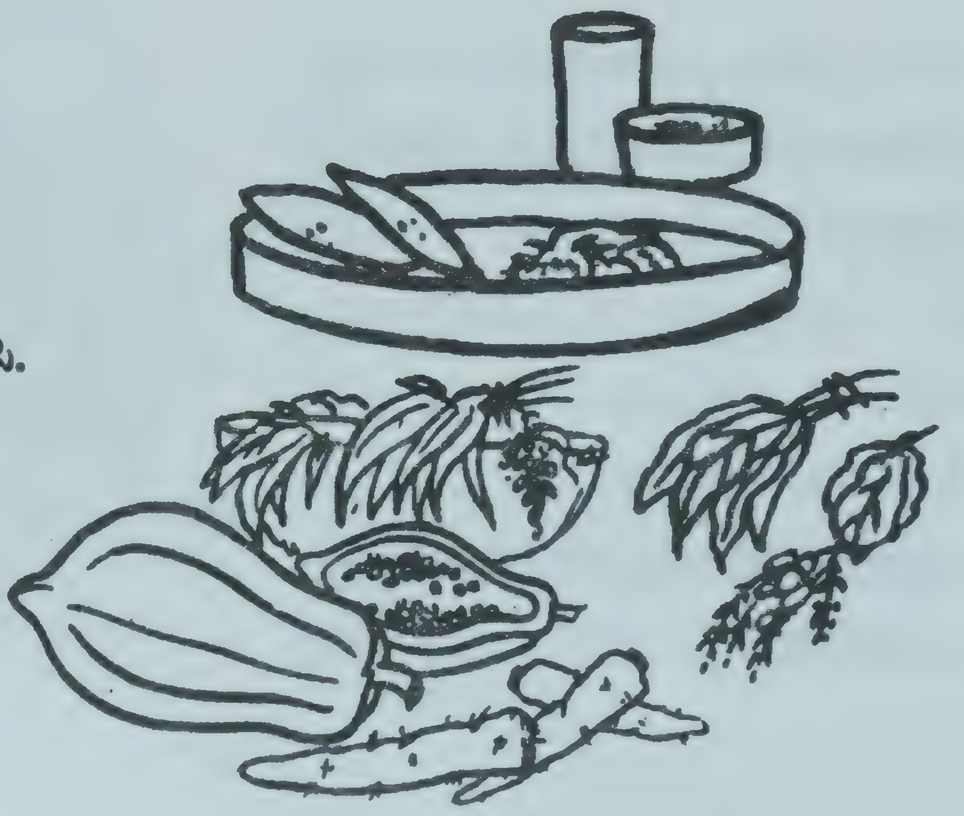
ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಉತ್ತಮ ಪೌಷ್ಠಿಕತೆಯ 7 ತತ್ವಗಳು



5. ಸೂಕ್ತವಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಸದಾ ಮುಚ್ಚಿಡಿ.

6. ಅಶುದ್ಧವಾದ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲದ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಡಿ.



7. ವಿವಿಧ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

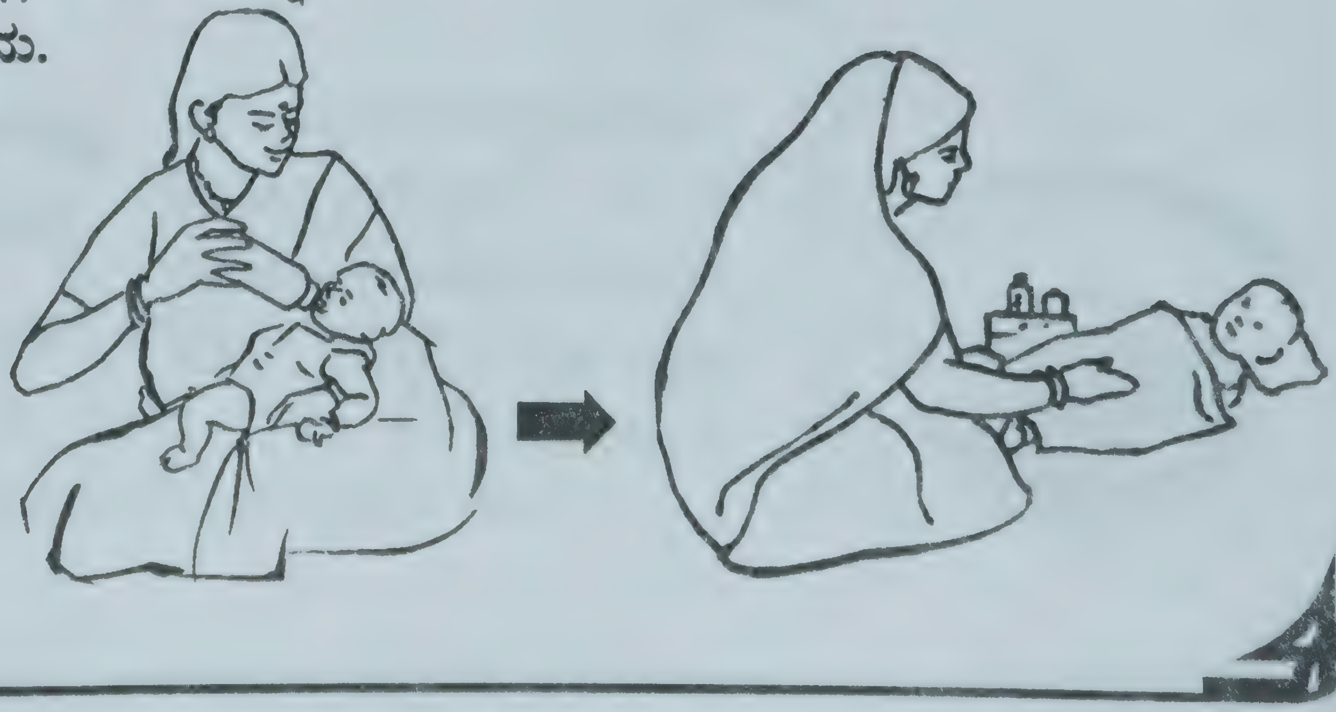
ತಾಯಿಯ ಎದೆ ಹಾಲು ಸೇವನೆ

1. ಮಗುವಿಗೆ ತಾಯಿಯ ಎದೆ ಹಾಲನ್ನು ನೀಡಿ. ಮಗುವಿನ ಮೊದಲ ಆರು ತಿಂಗಳು ಎದೆ ಹಾಲು ಸಂಪೂರ್ಣವಾದ ಸಮತೋಲನ ಪೌಷ್ಠಿಕ ಆಹಾರ. ಮಗುವಿನ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಎಲ್ಲಾ ಪೌಷ್ಠಿಕ ತತ್ವಗಳು ತಾಯಿಯ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿದೆ ಹಾಗೂ ಅನಾರೋಗ್ಯದ ವಿರುದ್ಧ ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ.

2. ಮಗು ಹುಟ್ಟಿದ ತಕ್ಷಣ ಎದೆ ಹಾಲು ನೀಡುವುದನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ಮಗು ಜನಿಸಿದ ಮೊದಲ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯ ಪಾಲಿನಲ್ಲಿರುವ ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದ ಕೊಲೊಸ್ಟ್ರಮ್ ಮಗುವಿಗೆ ಅವಶ್ಯವಾದ್ದರಿಂದ ಮಗುವಿಗೆ ತಾಯಿಯ ಹಾಲನ್ನು ನೀಡಿ. ಕೊಲೋಸ್ಟ್ರಮ್ ಉತ್ತಮ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ.

3. ಮಗುವಿನ 2ನೇ ವರ್ಷದಲ್ಲೂ ತಾಯಿಯ ಹಾಲನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿ. ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಅವಧಿವರೆಗೂ ಮುಂದುವರಿಸುವುದು.

4. ಶೀಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಡುವ ಹಾಲು ಗಂಭೀರ ರೋಗಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ ಸಾವನ್ನೂ ಉಂಟು ಬಲ್ಲುದು.

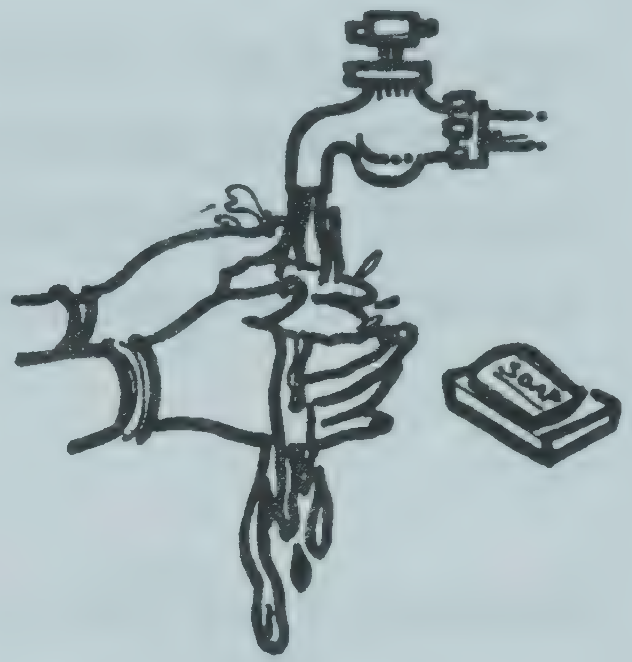


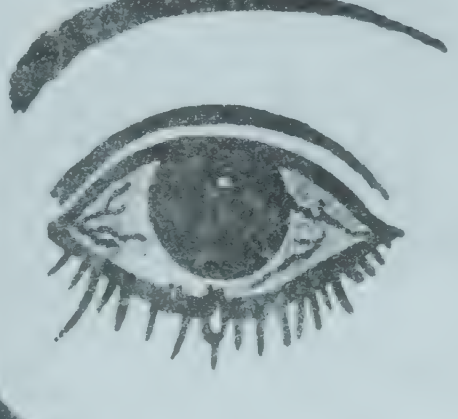
ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಅಂಧತ್ವ

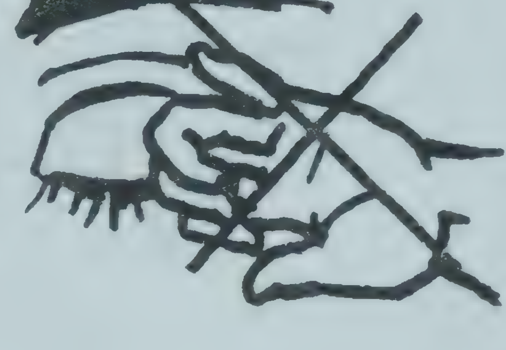
1. ಹಸಿರೆಲೆಯ ಸೊಪ್ಪು ತರಕಾರಿಗಳು, ಹಳದಿ ಬಣ್ಣದ ತರಕಾರಿಗಳು, ಪರಂಗಿಹಣ್ಣು, ಕ್ಯಾರೆಟ್, ನುಗ್ಗೆಕಾಯಿ ಮುಂತಾದ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸುವುದರಿಂದ ಅನ್ನಾಂಗ ವಿಟಮಿನ್ ಎ ಕೊರತೆಯಿಂದುಂಟಾಗುವ ಅಂಧತ್ವವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

2. ಮಗುವಿನ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಬೇಕು. ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಒರೆಸಲು ಸ್ವಚ್ಛ ಮಾಡಲು ಶುಭ್ರವಾದ ಬಟ್ಟೆಯನ್ನು ಬಳಸಿ, ಸೀರೆಯಲ್ಲಿ ಒರೆಸಬೇಡಿ.





3. ಗಾಯಕ್ಕೊಳಗಾದ ಕಣ್ಣನ್ನು ಉಜ್ಜಬೇಡಿ. ಕಣ್ಣಿನಲ್ಲುಂಟಾದ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಗಾಯವನ್ನು ತಕ್ಷಣ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೊಳಪಡಿಸಿ.



ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆ ಚುಚ್ಚು ಮದ್ದು

1. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆ ಚುಚ್ಚು ಮದ್ದು ಕೊಡಿಸಿ. ಇದನ್ನು ಕೊಡಿಸುವುದರಿಂದ ಅನೇಕ ಅಪಾಯಕಾರಿ ರೋಗಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಬಹುದು. ಲಸಿಕೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದು ಕೊಡಿಸದ ಮಗು ಸತ್ವ ಹೀನವಾಗಬಹುದು ಮತ್ತು ಅಂಗವಿಕಲತೆ ಯಿಂದಾಗಿ ಸಾವು ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.

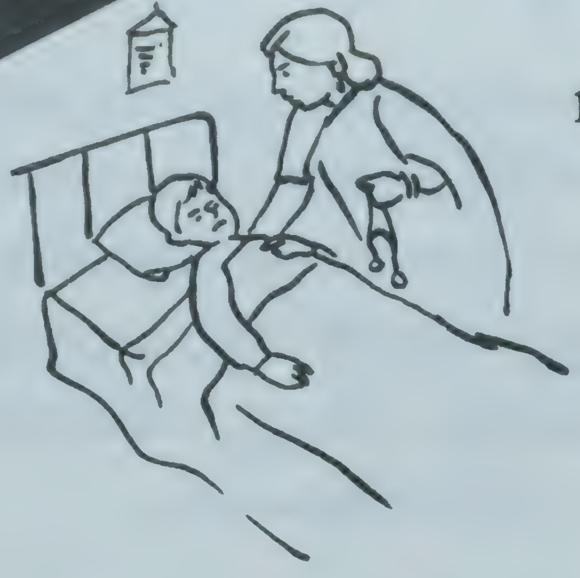
2. ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ತಕ್ಷಣ ಕೊಡಿಸಬೇಕು. ಮಗುವಿನ ಮೊದಲ ವರ್ಷದಲ್ಲೇ ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಕೊಡಿಸಿ.

3. ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವ ಹಾಗೂ ಅಪೌಷ್ಠಿಕತೆಯಿಂದ ತೊಂದರೆಗೀಡಾದ ಮಗುವಿಗೆ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ಹಾಕಿಸುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಕ್ಷೇಮಕರ

4. ಮಹಿಳೆ ಗರ್ಭಿಣಿಯಾಗಿದ್ದಾಗಲೇ ಸೂಕ್ತ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸಿಕೊಂಡು ತನ್ನನ್ನು ಮತ್ತು ನವಜಾತ ಶಿಶುವನ್ನು ಧನುರ್ವಾತದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಬಹುದು.

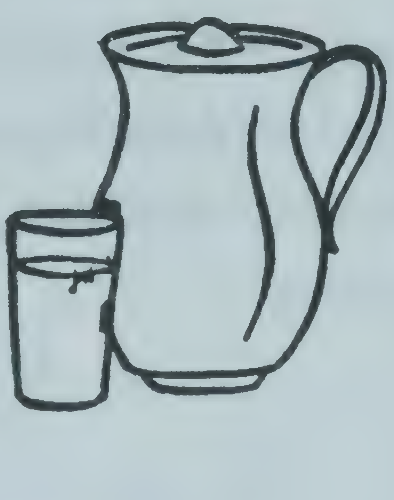
ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ನೆಗಡಿ ಮತ್ತು ಕೆಮ್ಮು

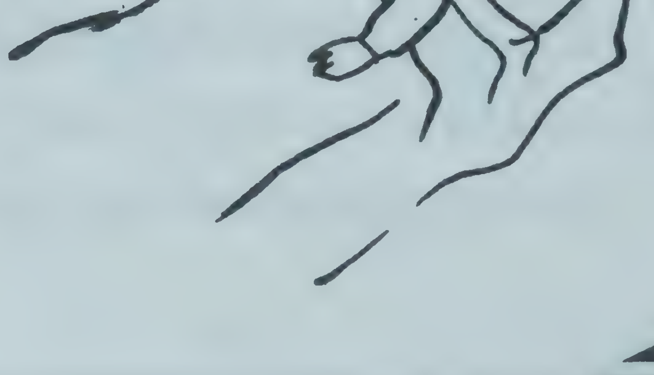


1. ಮಗುವಿಗೆ ಕೆಮ್ಮಿದ್ದಾಗ, ಉಸಿರಾಟವು ಸಾಮಾನ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದಾಗ ನ್ಯುಮೋನಿಯಾ ರೋಗಇರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಆಸಮಯದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಹಾಯ, ತುರ್ತು ಅಗತ್ಯ.

2. ಕುಟುಂಬಗಳು ನ್ಯೂಮೋನಿಯಾ ರೋಗವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬೇಕಾದರೆ, ಮಗುವಿಗೆ ಕನಿಷ್ಠ 6 ತಿಂಗಳು ತಾಯಿ ಹಾಲು ನೀಡಬೇಕು ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪೌಷ್ಠಿಕ ಆಹಾರ ನೀಡುವುದಲ್ಲದೇ, ಎಲ್ಲಾ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಕೊಡಿಸಿರಬೇಕು.



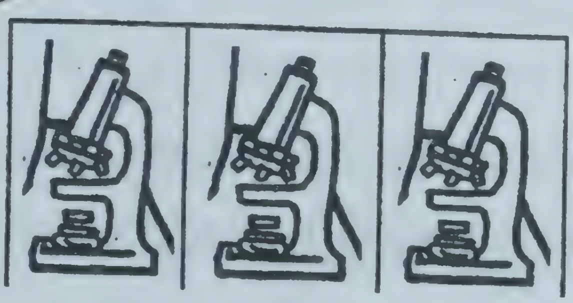
3. ನೆಗಡಿ ಹಾಗೂ ಕೆಮ್ಮು ಇರುವ ಮಗುವಿಗೆ ತಿನ್ನಲು ಆಹಾರ ಮತ್ತುಯಥೇಚ್ಛವಾಗಿ ಮತ್ತು ದ್ರವ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ಕುಡಿಯಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ.



4. ನೆಗಡಿ ಹಾಗೂ ಕೆಮ್ಮು ಇರುವ ಮಗುವನ್ನು ಬೆಚ್ಚಗಿಡಿ. ಮತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಸೇವಿಸುವಂತೆ ಅವಕಾಶ ಮಾಡಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

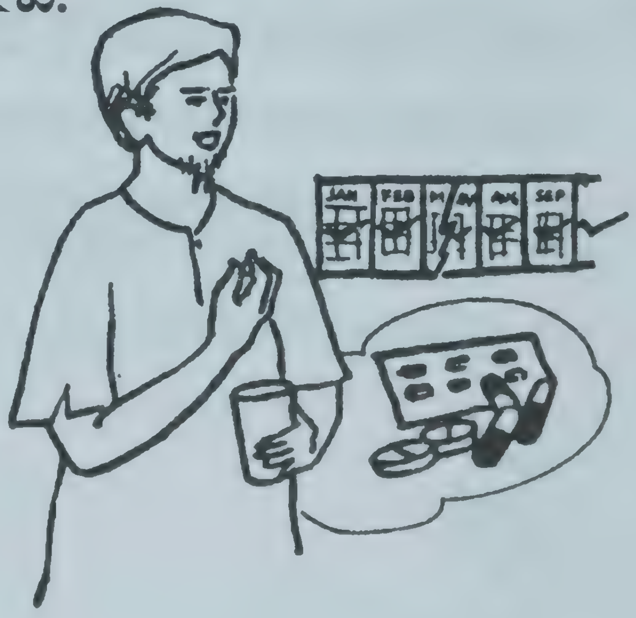
ಕ್ಷಯರೋಗ



1. ಕ್ಷಯರೋಗ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದ ಹಾಗೂ ವಾಸಿಮಾಡಬಹುದಾದ ಕಾಯಿಲೆ.

2. 3 ವಾರಗಳ ಕಾಲ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಕೆಮ್ಮು ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಕ್ಷಯರೋಗದ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಕಫವನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮದರ್ಶಕದಿಂದ ಪರೀಕ್ಷಿಸಬೇಕು. ಕಫ ಪರೀಕ್ಷೆ ನಿಖರವಾದ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಮೂರು ಬಾರಿಯಾದರೂ ಕಫ ಪರೀಕ್ಷೆ ಆಗಲೇಬೇಕು.

3. ಕ್ಷಯರೋಗ - ಅಪೂರ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕಿಂತ ಹಾನಿಕರ. ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅಸಮರ್ಪಕ, ಅಸಂಪೂರ್ಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಕ್ಷಯ ರೋಗವು ಉಲ್ಬಣಗೊಂಡು ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಜಗ್ಗದೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ.



4. ಕ್ಷಯರೋಗಿಯು ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಉಗುಳಬಾರದು. ಅವರ ಉಗುಳನ್ನು ಸರಿಯಾದ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ದೂರವಿಟ್ಟು ನಾಶಮಾಡಿ.

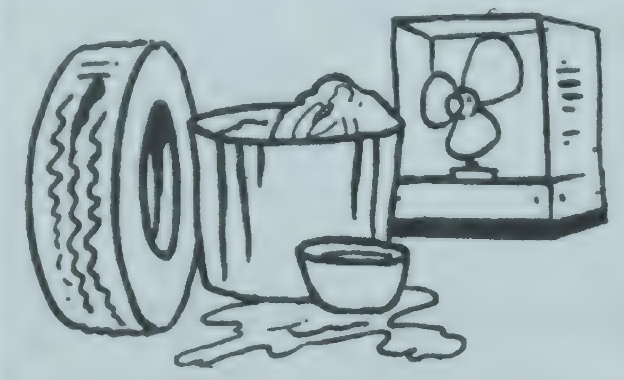
5. ಕ್ಷಯ ರೋಗಿಯನ್ನು ತಿರಸ್ಕಾರದಿಂದ ನೋಡಬೇಡಿ. ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಮನಃ ಸ್ಥೈರ್ಯ ಕೊಡಬೇಕು.

ಆತ್ಮವಿಶ್ವಾಸ ಹಾಗೂ ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿ.

COMH 321 C00
06394

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಮಲೇರಿಯಾ



1. ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ನಿಂತ ನೀರಿಲ್ಲದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಇದರಿಂದ ಸೊಳ್ಳೆಗಳ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ.

2. ಸೊಳ್ಳೆ ಕಡಿತದಿಂದ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ ಮಲಗುವಾಗ ಸೊಳ್ಳೆ ಪರದೆ ಬಳಸಿ ಸಂಜೆ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆದಷ್ಟು ದೇಹವನ್ನು ಪೂರ್ತಿ ಮುಚ್ಚುವ ಬಟ್ಟೆ ಧರಿಸಿ.

3. ಜ್ವರವಿದ್ದರೆ ಹತ್ತಿರವಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಮಲೇರಿಯಾ ಘಲಾವಲಂಬಿ ಇದೆಯೇ ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೇ ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

4. ಸರಿಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಕೊಡಲ್ಪಟ್ಟ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ, ಆಹಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳದೇ (ಖಾಲಿ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ) ಮಲೇರಿಯಾ ವಿರುದ್ಧ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

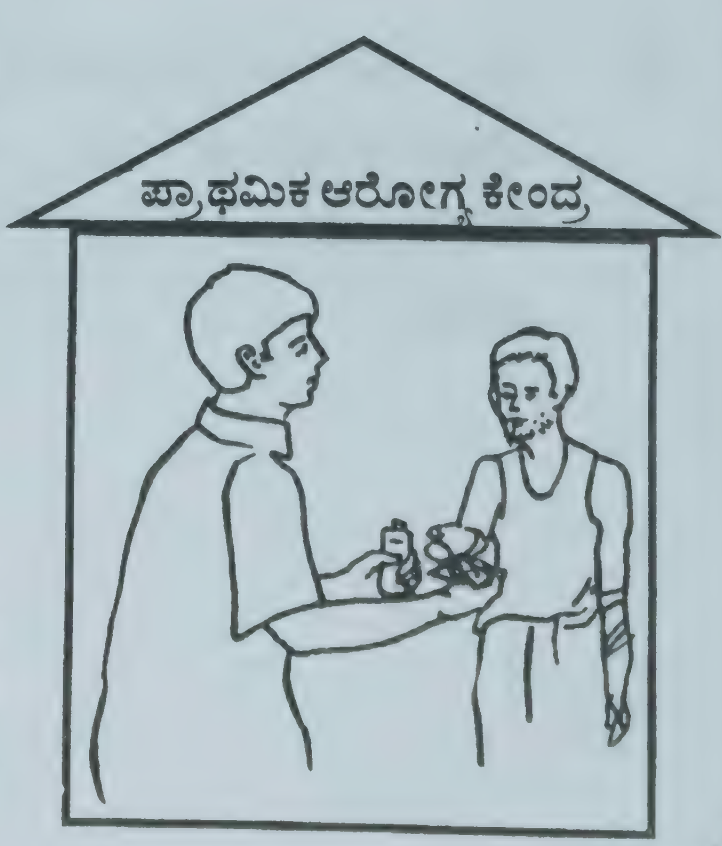
ಕುಷ್ಠರೋಗ

1. ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಈ ಕೆಳಗೆ ತಿಳಿಸಿರುವ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿದ್ದರೇ ಕುಷ್ಠರೋಗವೆಂದು ಅನುಮಾನಿಸಬಹುದು.
   - ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ಬಣ್ಣ ಕಳೆದುಕೊಂಡ ಗುರುತು/ಮಚ್ಚೆ.
   - ಆ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ಪರ್ಶತೆ ನೋವಿನ ಅರಿವು ಕಳೆದುಕೊಂಡಿರುವುದು.
   - ಕೈ ಮತ್ತು ಕಾಲುಗಳಲ್ಲಿ ಜಡತ್ವ ಜೋಮು (ಮರಗಟ್ಟಿದ ಸ್ಥಿತಿ) ಇರುವುದು.
   - ಮುಖ ಅಥವಾ ದೇಹದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೆಂಪು ಚುಕ್ಕೆ ಅಥವಾ ಮಚ್ಚೆಗಳು ಇದ್ದು ಸ್ಪರ್ಶ ಅರಿವು ಇಲ್ಲದೇ ಇರುವುದು.

ಇಂತಹ ಚಿಹ್ನೆಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ತಕ್ಷಣ ತರಬೇತಿ ಹೊಂದಿದ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ.

2. ತಕ್ಷಣ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣುವುದರಿಂದ ದೇಹದ ಅಂಗವಿಕಲತೆಯನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು. ತಕ್ಷಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಬೇರೆಯವರೆಗೆ ಹಬ್ಬದಂತೆ ತಡೆಯಬಹುದು.

3. ಕುಷ್ಠ ರೋಗ ವಾಸಿಯಾಗುವ ಕಾಯಿಲೆ. ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಬಹುವಿಧ ಔಷಧ ಚಿಕಿತ್ಸೆ (ಎಂ.ಡಿ.ಟಿ.) ಎಲ್ಲಾ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಉಚಿತವಾಗಿ ಲಭ್ಯವಿದೆ.



4. ಕುಷ್ಠ ರೋಗಿಯನ್ನು ಬೇರೆ ಇಡಬಾರದು. ಕೌಟುಂಬಿಕ ಹಾಗೂ ಸಮುದಾಯ ಸಹಕಾರವು ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅತಿಮುಖ್ಯ ಅಂಗವಿಕಲತೆ ಗಳೊಳಗಾದವರಿಗೆ ವೃತ್ತಿ ತರಬೇತಿ ನೀಡಬೇಕು.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಸಾಮಾನ್ಯ ಚರ್ಮರೋಗಗಳು

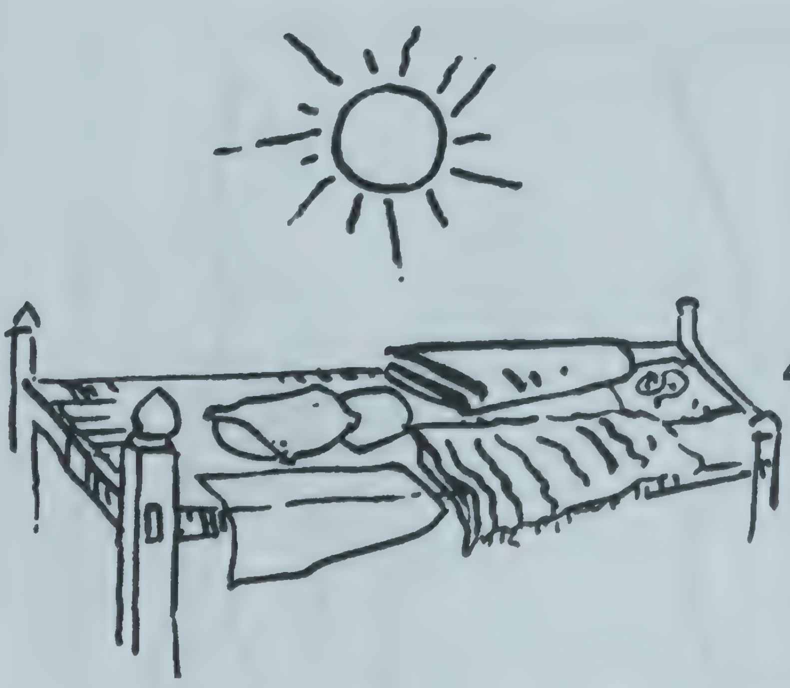
1. ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬರಿಗೆ ಕಜ್ಜಿ ಇದ್ದರೆ, ಕಜ್ಜಿಯ ವಿರುದ್ದ ಕಜ್ಜಿ ಇರಲಿ ಇಲ್ಲದಿರಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

2. ಕಜ್ಜಿ, ಹೇನು ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಗಮನ ಹರಿಸಿ. ಸೋಪು ಹಾಗೂ ನೀರಿನಿಂದ ದಿನನಿತ್ಯ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಸಾಮಾನ್ಯ ಚರ್ಮರೋಗಗಳು

3. ಕೂದಲನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ನೀರಿನಿಂದ ತೊಳೆದು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತಿರಿ. ಮಕ್ಕಳ ತಲೆ ಕೂದಲನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ. ಹೇನುಗಳಿದ್ದರೆ ತಕ್ಷಣ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ



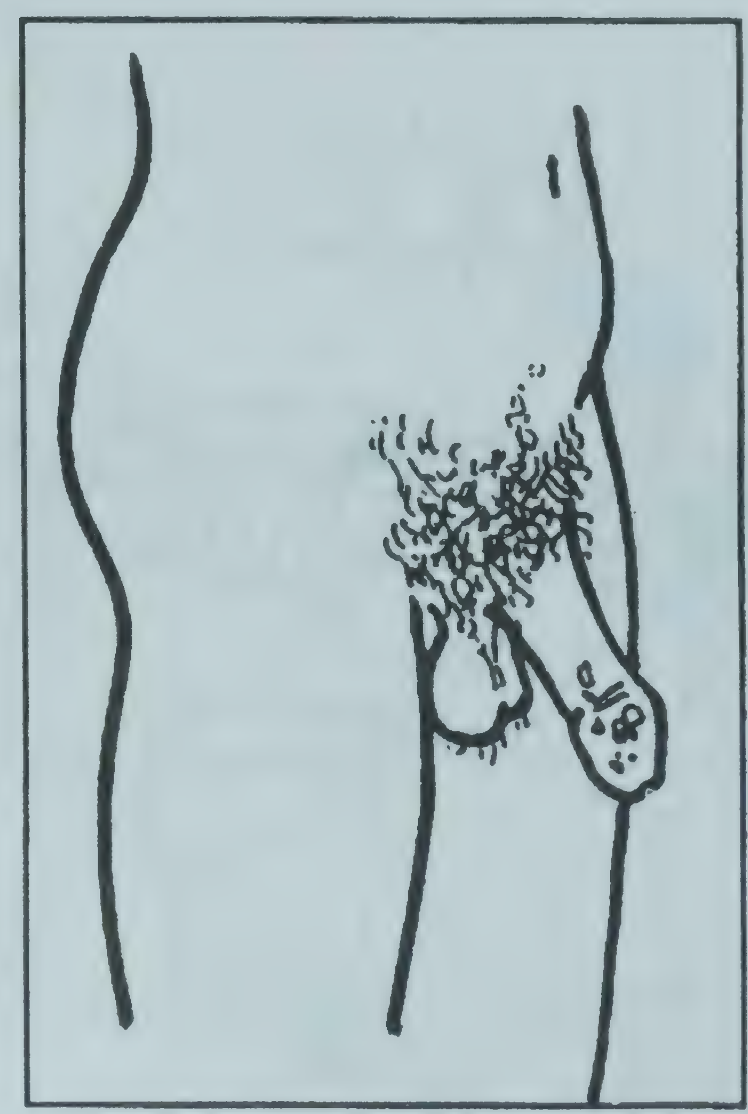
4. ಮಂಚ, ದಿಂಬುಗಳು, ಹಾಸಿಗೆ, ಹೊದಿಗೆ ಇವುಗಳನ್ನು ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿಡಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು (ಎಸ್.ಟಿ.ಡಿ.)

1. ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಚಿಹ್ನೆಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳೆಂದು ಅನುಮಾನಿಸಬಹುದು.

- ಜನನೇಂದ್ರೀಯಗಳ ಮೇಲೆ ಮತ್ತು ಬಾಯಿಯ ಸುತ್ತ ಕೀವು, ಗಂಟು, ಗುಳ್ಳೆ ಕಂಡುಬಂದಾಗ
- ಮೂತ್ರ ಮಾಡುವಾಗ ನೋವು ಅಥವಾ ಉರಿತ
- ಜನನೇಂದ್ರೀಯಗಳಿಂದ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ರಾವ ಮತ್ತು ವಾಸನೆ
- ಜನನೇಂದ್ರೀಯ ಸುತ್ತ ಉರಿ ಅಥವಾ ತುರಿಕೆ
- ಜನನೇಂದ್ರೀಯದ ಸುತ್ತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಊತ ಮತ್ತು ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಕೆಳ ಬೆನ್ನಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು.



ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗಗಳು

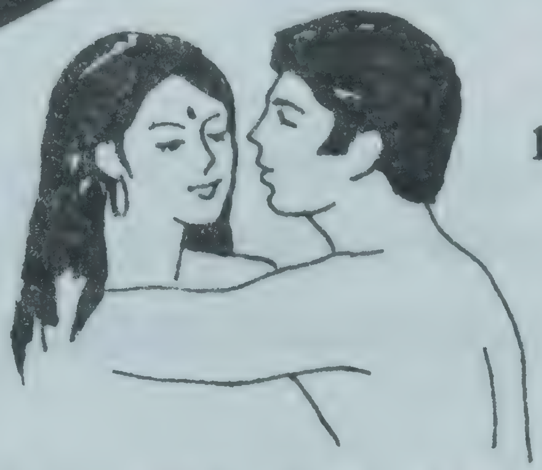
2. ಒಬ್ಬರ ಜೊತೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಿ, ಅವರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಾಮಾಣಿಕವಾಗಿ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

3. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಂಡಮ್‌ನ (ನಿರೋಧ್)ಸರಿಯಾಗಿ ಬಳಸಿ.

4. ಲೈಂಗಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅಸಡ್ಡೆ ಮಾಡಬೇಡಿ. ಲೈಂಗಿಕ ರೋಗವಿದ್ದರೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿರುವ ಇಬ್ಬರೂ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೊಳಗಾಗಿ.

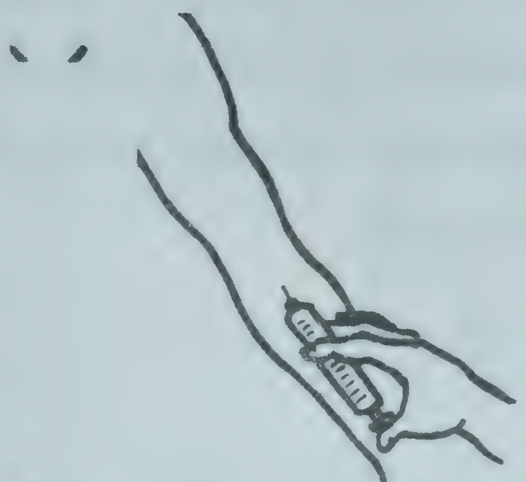
ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಎಚ್.ಐ.ವಿ. /ಏಡ್ಸ್



1. ಏಡ್ಸ್ ರೋಗ ಯಾವಾಗಲೂ ಪ್ರಾಣಾಂತಿಕ. ಏಡ್ಸ್‌ಗೆ ಇದುವರೆಗೂ ಗುಣಪಡಿಸಬಲ್ಲ ಔಷಧಿಯಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಇದನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

2. ಎಚ್.ಐ.ವಿ. ಕೈಕುಲ-ಕಾಟದಿಂದಾಗಲೀ ಆಲಂಗಿಸುವುದರಿಂದಾಗಲಿ ತಿನ್ನುವಾಗ ಕುಡಿಯುವಾಗ ಒಂದೇ ಪಾತ್ರೆಯನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದಾಗಲೀ ಇಬ್ಬರು ಒಂದೇ ಕಕ್ಕಸನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದಾಗಲೀ ಹರಡುವ ರೋಗವಲ್ಲ.

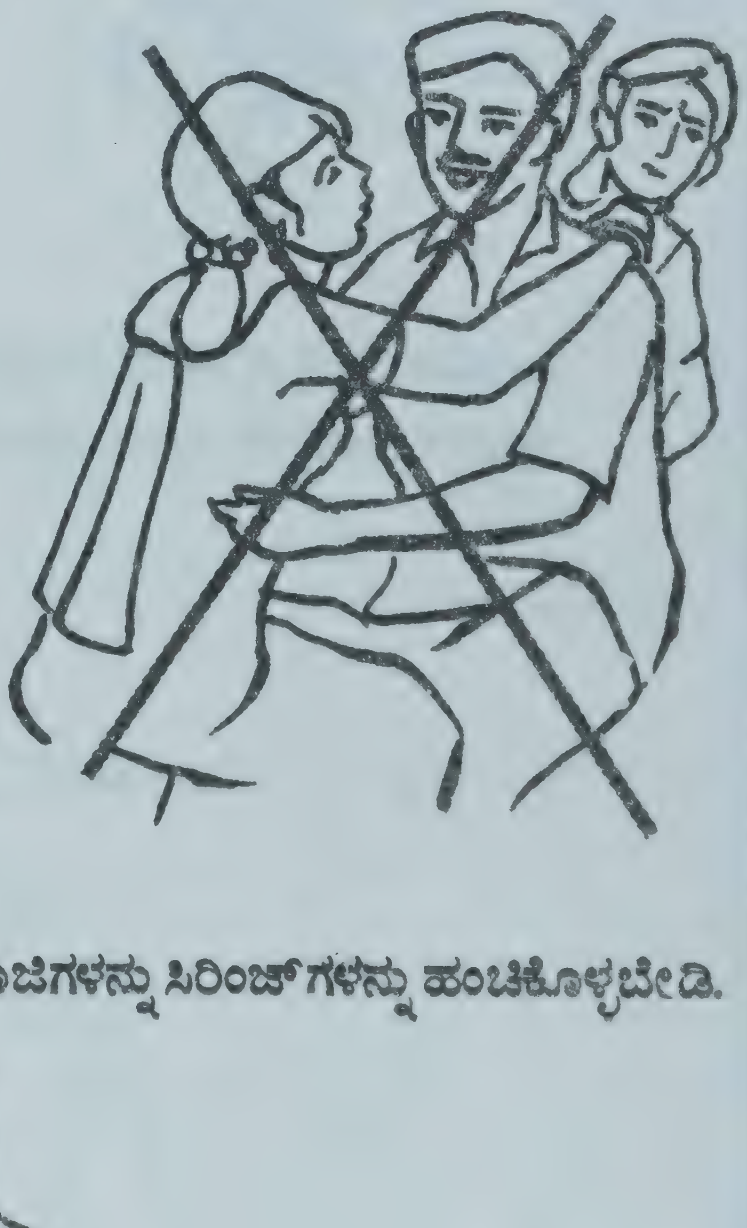


3. ಎಚ್.ಐ.ವಿ.ಯು ಇವುಗಳಿಂದ ಹರಡುತ್ತದೆ.
   - ರಕ್ಷಣೆಯಿಲ್ಲದೇ ಏಡ್ಸ್ ರೋಗಿಯ ಜೊತೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ.
   - ಏಡ್ಸ್ ರೋಗವಿರುವ ತಾಯಿಯಿಂದ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿರುವ/ಹೆತ್ತ ಮಗುವಿಗೆ (30-40%)
   - ಏಡ್ಸ್ ರೋಗಾಣುಗಳ ಸೋಂಕಿರುವ ರಕ್ತದ ಸಂಬಂಧದಿಂದ ಉದಾ:
   - ರಕ್ತ ವರ್ಗಾವಣೆಯಲ್ಲಿ
   - ಚರ್ಮ ಚುಚ್ಚುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಇಬ್ಬರೂ ಬಳಸಿದಾಗ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕ್ರಿಮಿರಹಿತ (ಸ್ಟರ್‌ಲೈಸ್) ಮಾಡಿಲ್ಲದೇ ಇರುವ ಇಂಜೆಕ್ಷನ್ ಸೂಜಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಿರಿಂಜ್‌ಗಳಿಂದ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಎಚ್.ಐ.ವಿ. /ಏಡ್ಸ್

4. ಕಾಂಡೊಮನ್ನ (ನಿರೋಧ್) ಯಾವಾಗಲೂ ಸರಿಯಾಗಿ ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಉಪಯೋಗಿಸಿ

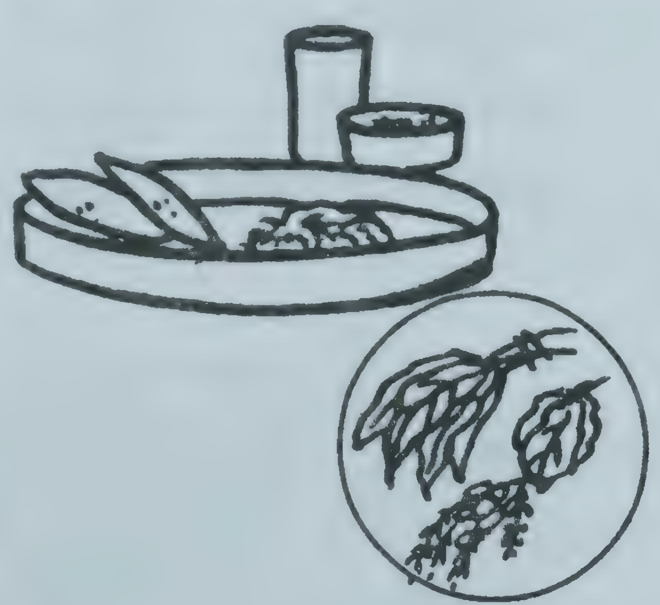


5. ಲೈಂಗಿಕ ನಡತೆಯನ್ನು ಪ್ರಾಮಾಣಿಕ ಜವಾಬ್ಧಾರಿಯುತವಾಗಿ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು. ಒಬ್ಬರ ಜೊತೆ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕವೇ ಅತ್ಯಂತ ಕ್ಷೇಮ.

6. ಸೂಜಿಗಳನ್ನು ಸಿರಿಂಜ್‌ಗಳನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ (ಮಧು ಮೇಹ)

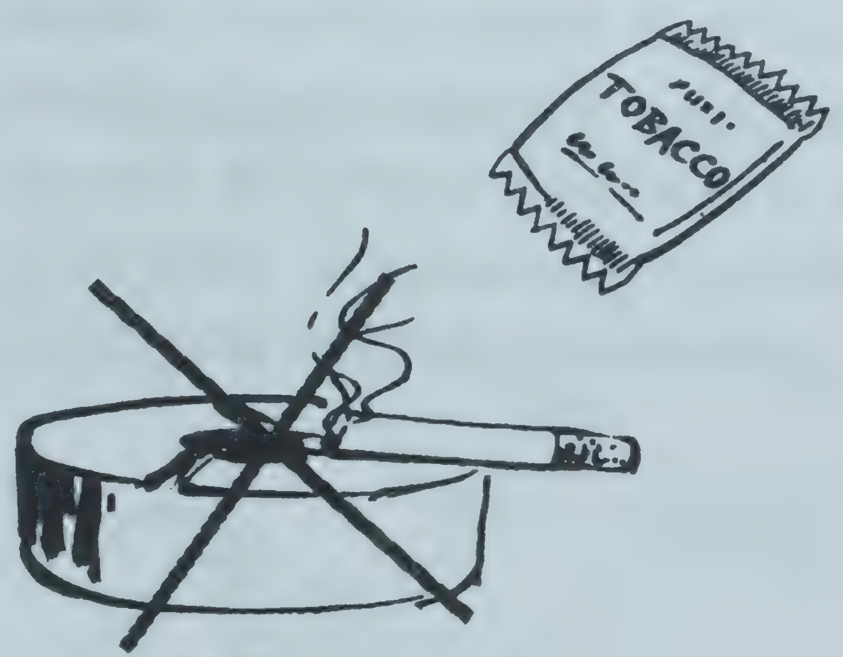


ನಿಯಮಿತ ಕ್ಯಾಲರಿ ಪ್ರಮಾಣಗೊಳಪಟ್ಟ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮದಾಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಹಸಿರು ಸೊಪ್ಪು ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಿ. ಎಣ್ಣೆ, ಬಣ್ಣೆ, ತುಪ್ಪ, ಜಿಡ್ಡುಗಳಿಂದ ತಯಾರಾದ ಆಹಾರಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಸೇವಿಸಿ.

2. ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ದೈಹಿಕ ಕಸರತ್ತುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ. ದೇಹದ ತೂಕವನ್ನು ಸಮನಾಗಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ (ಮಧು ಮೇಹ)

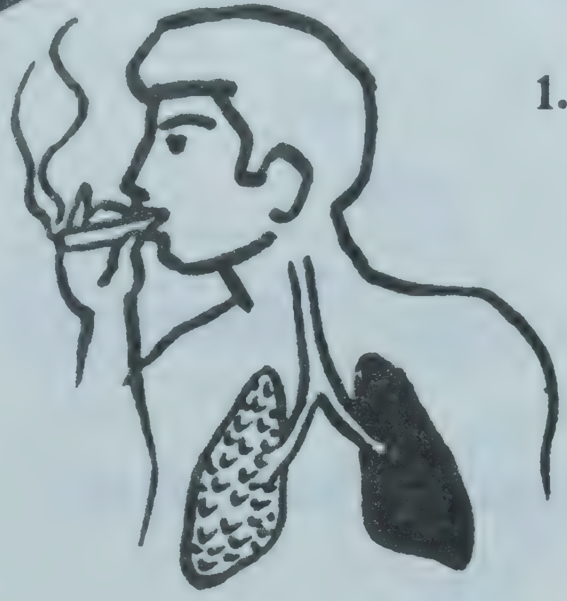


3. ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪು (ಜಗಿಯುವುದು) ಮತ್ತು ಸಿಗರೇಟ್ ಬೀಡಿ ಸೇದುವುದರಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು.

4. ರೋಗ ರುಜಿನಗಳಿಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ದೇಹದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗಕ್ಕೆ - ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕಾಲು ಹಾಗೂ ಮುಖ - ಗಾಯಗಳಾಗದೇ ಇರುವಂತೆ ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪು - ಕೆಲವು ಸಂಗತಿಗಳು



1. ಸಿಗರೇಟು, ಬೀಡಿ ಸೇವನೆ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಹಾಗೂ ಬಾಯಿಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಆಸ್ತಮ ಹಾಗೂ ಇತರೆ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಸಂಬಂಧಿ ಕಾಯಿಲೆಗಳು ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಹುಣ್ಣು, ಹೃದಯ ಸಂಬಂಧಿ ರೋಗಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತವೆ.

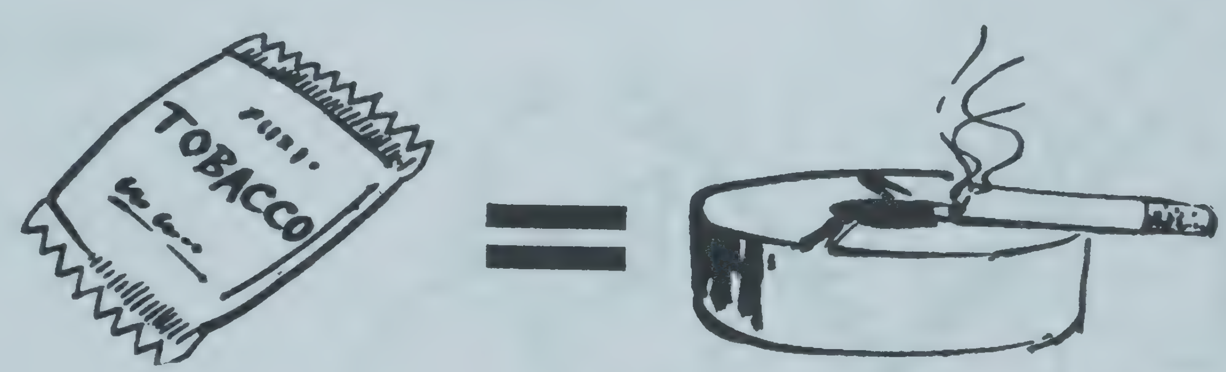
2. ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದುವವರು ಸೇದದವರಿಗೂ ಹೆಚ್ಚಿನ ತೊಂದರೆ ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಸಿಗರೇಟ್ ಸೇದುವ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರ ಮಕ್ಕಳು ಬಹುಬೇಗ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕಾಯಿಲೆಗಳಿಗೆ ತುತ್ತಾಗುತ್ತಾರೆ.

3. ಸಿಗರೇಟು ಸೇದುವ ಮಹಿಳೆಯರಿಗಂತೂ ಇದು ಅತೀ ಗಂಡಾಂತರಕಾರಿಯಾಗಿದೆ.

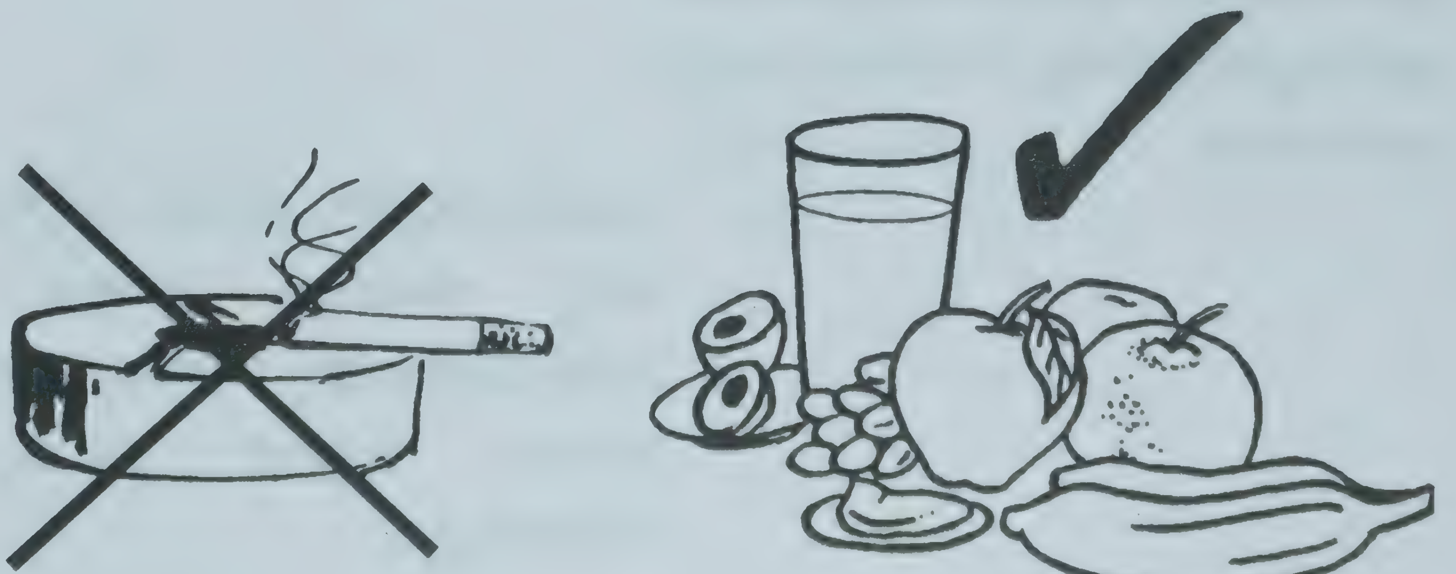
ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪು - ಕೆಲವು ಸಂಗತಿಗಳು

4. ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪು ಜಗಿಯುವುದು, ಸಿಗರೇಟು ಸೇದುವುದಷ್ಟೇ ಅಪಾಯಕಾರಿ



5. ಸಿಗರೇಟಿನಿಂದ ಹಣ ವ್ಯರ್ಥ ಅದೇ ಹಣ ತಮ್ಮ ಕುಟುಂಬ ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಂತರನ್ನಾಗಿಡಲು ಖರ್ಚು ಮಾಡಿ.



ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಮಾದಕ ವ್ಯಸನ:
ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದಾದ ಕಂಟಕ

1. ಮನಸ್ಸಿನ ಉಲ್ಲಾಸಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಒತ್ತಡಕ್ಕಾಗಿ ಮಾದಕವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಬಳಸಬೇಡಿ. ಮಾದಕ ವಸ್ತು ನನಗಲ್ಲ ಎನ್ನಿರಿ.

2. ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ಹದಗೆಡುತ್ತದೆ. ಶ್ವಾಸಕೋಶ ತೊಂದರೆಗಳು ಅಪೌಷ್ಠಿಕತೆ ಮತ್ತು ಸಾವಿಗೂ ಕಾರಣ ವಾಗಬಹುದು.

3. ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಬಳಕೆಯು ವ್ಯಕ್ತಿಗೊಬ್ಬನಿಗೆ ಅಲ್ಲ, ಕುಟುಂಬ ಹಾಗೂ ಇಡೀ ಸಮುದಾಯವನ್ನು ಕಂಗೆಡಿಸಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ಆರ್ಥಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ತಂದೊಡ್ಡುತ್ತದೆ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಮಾದಕ ವ್ಯಸನ:
ತಡೆಗಟ್ಟ ಬಹುದಾದ ಕಂಟಕ

4. ತಂದೆ ತಾಯಿಗಳು ಹಾಗೂ ಶಿಕ್ಷಕರು ಮಾದಕ ವ್ಯಸನಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ಅಂಶದಲ್ಲೇ ಗುರುತಿಸಿ ತಕ್ಷಣ ಆ ಸಮಸ್ಯೆಯತ್ತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು.

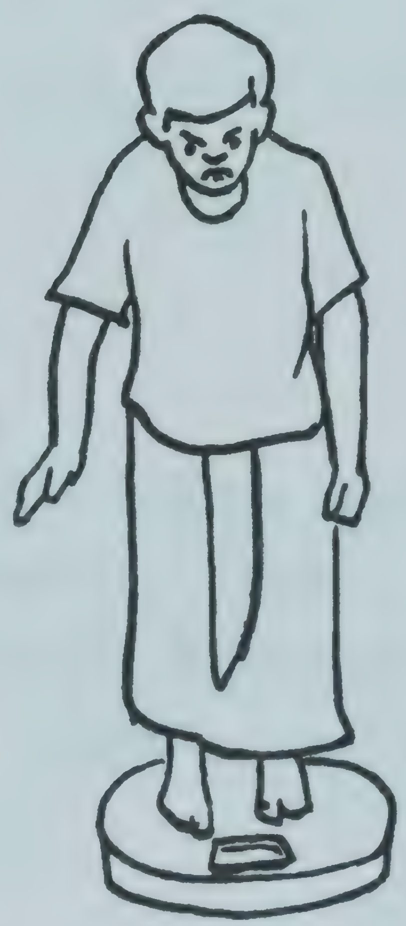
5. ಮಾದಕ ವ್ಯಸನಿಗಳನ್ನು ಕೆಟ್ಟವರೆಂದಾಗಲೀ ಬಹಿಷ್ಕೃತ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳೆಂದಾಗಲೀ ಪರಿಗಣಿಸಬಾರದು. ಅವರಿಗೆ ಅನುಕಂಪ, ಕರುಣೆ ತೋರಿಸಿದಾಗ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಬಹುದು.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ಅರ್ಬುದ ರೋಗ (ಕ್ಯಾನ್ಸರ್)

ಈ ಕೆಳಕಂಡ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಪಾಯಕಾರಿ ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.

- ಸ್ತನದಲ್ಲಿ ಗಂಟು
- ನರಗುಳ್ಳೆ / ಮಚ್ಚೆಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ
- ನಿರಂತರವಾದ ಕೆಮ್ಮು ಅಥವಾ ಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ ಕರ್ಕಶತೆ, ರಕ್ತ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು,
- ಮಲಬದ್ಧತೆ, ತೂಕದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸ,
- ಋತು ಚಕ್ರದಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ಮತ್ತು ಅತಿಯಾದ ಬಿಳಿಯ ಸೆರಗು.



ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದಾದರೂ ಚಿಹ್ನೆ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಕೂಡಲೇ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.

ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳು

ನಿಮ್ಮ ಟಿಪ್ಪಣಿ

ವಿವೇಕಾನಂದ ಗಿರಿಜನ ಕಲ್ಯಾಣ ಕೇಂದ್ರ

ವಿವೇಕಾನಂದ ಗಿರಿಜನ ಕಲ್ಯಾಣ ಕೇಂದ್ರವು ಕಳೆದೆರಡು ದಶಕಗಳಿಂದಲೂ ಗಿರಿಜನ ಸರ್ವಾಂಗೀಣ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗಾಗಿ ದುಡಿಯುತ್ತಿದೆ. ಗಿರಿಜನರನ್ನು ಜಾಗೃತಿ, ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಮತ್ತು ಸುಸಂಘಟನೆಗಳ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಮೌಲ್ಯಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಭದ್ರ ಮತ್ತು ಸ್ವಾವಲಂಬಿ ಸಮಾಜವನ್ನಾಗಿ ರಚಿಸಿಕೊಂಡು ತನ್ಮೂಲಕ ಉತ್ತಮ ಜೀವನ ರೂಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಅನೇಕ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡಿದೆ.

ಪ್ರಸ್ತುತ ನಮ್ಮ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಜಾತ್ಯಾತೀತ ಮತ್ತು ಮಾನವೀಯ ಮೌಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಬದ್ಧನಾಗಿದ್ದು ಸ್ವಾಮಿ ವಿವೇಕಾನಂದರ ಮತ್ತು ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧೀಜಿಯವರ ಸೇವಾ ದರ್ಶನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಗಿರಿಜನರ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯನ್ನು ತೆರೆದಿದ್ದು ಒಳರೋಗಿ ವಿಭಾಗ, ಹೊರ ರೋಗಿ ವಿಭಾಗ, ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಶಾಲೆ, ಪ್ರಯೋಗ ಶಾಲೆ, ಕ್ಷ-ಕಿರಣ, ಇ.ಸಿ.ಜಿ. ದಂತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸೇರಿದಂತೆ ಇನ್ನು ಹಲವು ಸೌಲಭ್ಯಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಕಾಡಿನ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿ ಬೆಳೆದಿರುವ ಗಿರಿಜನ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅವರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯನ್ನು ಅರಿತು ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಶಿಕ್ಷಣ ನೀಡುವ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ವಿವೇಕಾನಂದ ಗಿರಿಜನ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆಯನ್ನು 1981ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿ ನಂತರ ಪ್ರೌಢಶಾಲೆ, ಪದವಿ ಪೂರ್ವ ಕಾಲೇಜು, ಅರಣ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗ ಐ.ಟಿ.ಐ. ವಿಭಾಗಗಳನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿ ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಈ ಹಿನ್ನಲೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಗಿರಿಜನರು ಸ್ವಾವಲಂಬಿಗಳಾಗಲು ಸ್ಥಳೀಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳು ಮತ್ತು ಅವರ ಅಭಿರುಚಿಗಳನ್ನಾಧರಿಸಿ ಕೆಲವು ವೃತ್ತಿಗಳನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅಗರಬತ್ತಿ, ಮರಗೆಲಸ, ಜೇನು ಸಾಕಾಣಿಕೆ, ಎಲೆದೊನ್ನೆ ತಯಾರಿಕೆ, ಮೇಣದ ಬತ್ತಿ ತಯಾರಿಕೆಯಂತಹ ಇಪ್ಪತ್ತಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ವೃತ್ತಿ ವಿಭಾಗವನ್ನು ತೆರೆದಿದ್ದು ಈ ತರಬೇತಿ ವಿಭಾಗವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಗಿರಿಜನ ಯುವಕರಿಂದ ನಡೆಸಲ್ಪಟ್ಟು ಸಹಕಾರಿ ತತ್ವದ ಆಧಾರದಲ್ಲಿ ರೂಪಿತವಾಗಿದೆ.

ಕರುಣಾ ಟ್ರಸ್ಟ್

ಅಂತೆಯೇ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸಮಾಡುವಂತಹ ಬಡ ಜನರು ಹಾಗೂ ನಿರ್ಗತಿಕರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿಯ ಮಹಾತುರ್ಯಕ್ಕೆ ಒತ್ತುಕೊಡುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ 1986ರಲ್ಲಿ ಕರುಣಾ ಟ್ರಸ್ಟ್ , ಎಂಬ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಿಕೊಂಡು ಅನೇಕ ಜನಪರ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆ. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕ್ಷಯರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಣ, ಮೂರ್ಛೆರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಣ, ಮಾನಸಿಕ ಕಾಯಿಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣ, ಅಂಧತ್ವ ನಿಯಂತ್ರಣ, ದಂತ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಅಂಗವಿಕಲರ ಸಮುದಾಯಾಧಾರಿತ ಇನ್ನು ಮುಂತಾದ ಅನೇಕ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿದೆ. ಗ್ರಾಮೀಣ ಸ್ಥಳೀಯ ಯುವಕರನ್ನು ತಾವೇ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವಂತೆ ತರಬೇತಿ ಮೂಲಕ ಅವರನ್ನು ಸಶಕ್ತರನ್ನಾಗಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ಸ್ವಸಹಾಯ ಗುಂಪುಗಳು, ಸಮುದಾಯ ಸಂಘಟನೆಯೊಂದಿಗೆ ಆ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕಾರ್ಯಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿದೆ.

ಕರುಣಾ ಟ್ರಸ್ಟ್ 1996ರಲ್ಲಿ ಡಾ॥ ಎಂ. ನಾಗರಾಜು ಮತ್ತು ರೇಣುಕಾ ನಾಗರಾಜು ಚಾರಿಟಬಲ್ ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ಟ್ರಸ್ಟ್ ನ ಸಹಯೋಗದೊಡನೆ ತನ್ನ ಸೇವಾ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ತಿ. ನರಸೀಪುರ ತಾಲ್ಲೂಕಿಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸಲಾಗಿದೆ. ಗ್ರಾಮೀಣ ಬಡಜನರ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಸಶಕ್ತತೆ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸಹಯೋಗದೊಂದಿಗೆ, ನಡೆಸಲಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಈ ಯೋಜನೆಯಡಿ ಗ್ರಾಮೀಣ ಬಡಜನರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಅರಿವನ್ನು ಮೂಡಿಸಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಭಾರತದ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆ

ಭಾರತದ ಆರೋಗ್ಯ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಯು ಎಲ್ಲಾ ರಾಜ್ಯ ಮತ್ತು ಕೇಂದ್ರಾಡಳಿತ ಪ್ರದೇಶಗಳ ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಗಗಳ ಒಕ್ಕೂಟದ ವತಿಯಿಂದ ನಿರ್ಮಿತವಾದ ನೋಂದಿತ ಸಂಸ್ಥೆ. ಈ ದೇಶದ 4000ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸಮುದಾಯ ಮಟ್ಟದ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂಸ್ಥೆ ಸಂಪರ್ಕ ಹೊಂದಿದೆ.

ಸಂಸ್ಥೆಯ ಪ್ರಮುಖ ಉದ್ದೇಶಗಳೆಂದರೆ, ಸಮುದಾಯ ಆರೋಗ್ಯ, ಸಾಮಾಜಿಕ ನ್ಯಾಯವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುವುದು ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಪೂರೈಕೆ ಮತ್ತು ಹಂಚುವಿಕೆಯ ಮಾನವ ಹಕ್ಕನ್ನು ಪ್ರತಿಪಾದಿಸುವುದು.

ಈ ಮೇಲಿನ ಉದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಸಂಸ್ಥೆಯು, ಚಳುವಳಿ ನೀತಿ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ಮಾಧ್ಯಮ ಮತ್ತು ಸಂಸತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಪಾದನೆ, ಅಗತ್ಯಾಧಾರಿತ ತರಬೇತಿ, ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಲಿಖಿತ ಬರಹ ಕ್ರಿಯಾತ್ಮಕ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳ ತಯಾರಿ ಮತ್ತು ಹಂಚುವುದರ ಮೂಲಕ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ.

ಸಂಸ್ಥೆಯು ಜನಪೂರಕ ಆರೋಗ್ಯ ನೀತಿ ತಯಾರಾಗಿ ಅನುಷ್ಠಾನ ಆಗಬೇಕೆಂದು ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇಷ್ಟಲ್ಲದೆ ಸಂಸ್ಥೆಯು, ಭಾರತೀಯ ಸಂಪ್ರದಾಯ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳನ್ನು ಅಲಕ್ಷಿಸದೆ, ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಮನೋನೀತಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಶ್ರಮಿಸುತ್ತದೆ.

ಮಾರ್ಗದರ್ಶಿ ಪುಸ್ತಕ ಕುರಿತು

ಈ ಪುಸ್ತಕವು ಗ್ರಾಮೀಣ ಬಡಜನರ ಸಶಕ್ತತಗೆ ಸಹಕಾರಿಯಾಗುವ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಅನುಷ್ಠಾನಗೊಳಿಸಲು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಈಗಾಗಲೇ ಇರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಭಾಗವಹಿಸುವಿಕೆಯ ತರಬೇತಿ ವಿಧಾನಗಳಿಂದ ಸ್ವತಃ ಜನರೇ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ಐಕ್ಯತೆ ಮತ್ತು ಬಳಕೆಗಾಗಿ ಗ್ರಾಮ ಮತ್ತು ತಾಲ್ಲೂಕು ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಸನ್ನದ್ಧರಾಗುವಂತೆ ಸಹಾಯವಾಗಲಿದೆ.

ಈ ಪುಸ್ತಕವು ಹಾಲಿ ಇರುವ ಸರ್ಕಾರದ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳ ವಿತರಣಾ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ಪಾತ್ರ, ಸ್ವಯಂ ಸೇವಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಮತ್ತು ಅದರ ಸಹಭಾಗಿತ್ವದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ, ಹಾಗೂ ಹಾಲಿ ಇರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡು ಅದರ ಮೂಲಕ ವಿವಿಧ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಜನರು ಸಂಘಟನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಕಾರ್ಯನಿರ್ವಹಿಸಿ ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಸೇವೆಗಲು ಸಮುದಾಯ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ದೊರಕುವಂತೆ ಮಾಡಲು ಸಹಕಾರಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಇದಲ್ಲದೆ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಶುಚಿತ್ವ, ಜೀವನದ ರೀತಿ ನೀತಿ, ಉದ್ಯೋಗ ಮತ್ತು ಪರಿಸರದಿಂದಾಗುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ವಿವರಿಸುತ್ತಾ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮುಖ್ಯ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತದೆ.